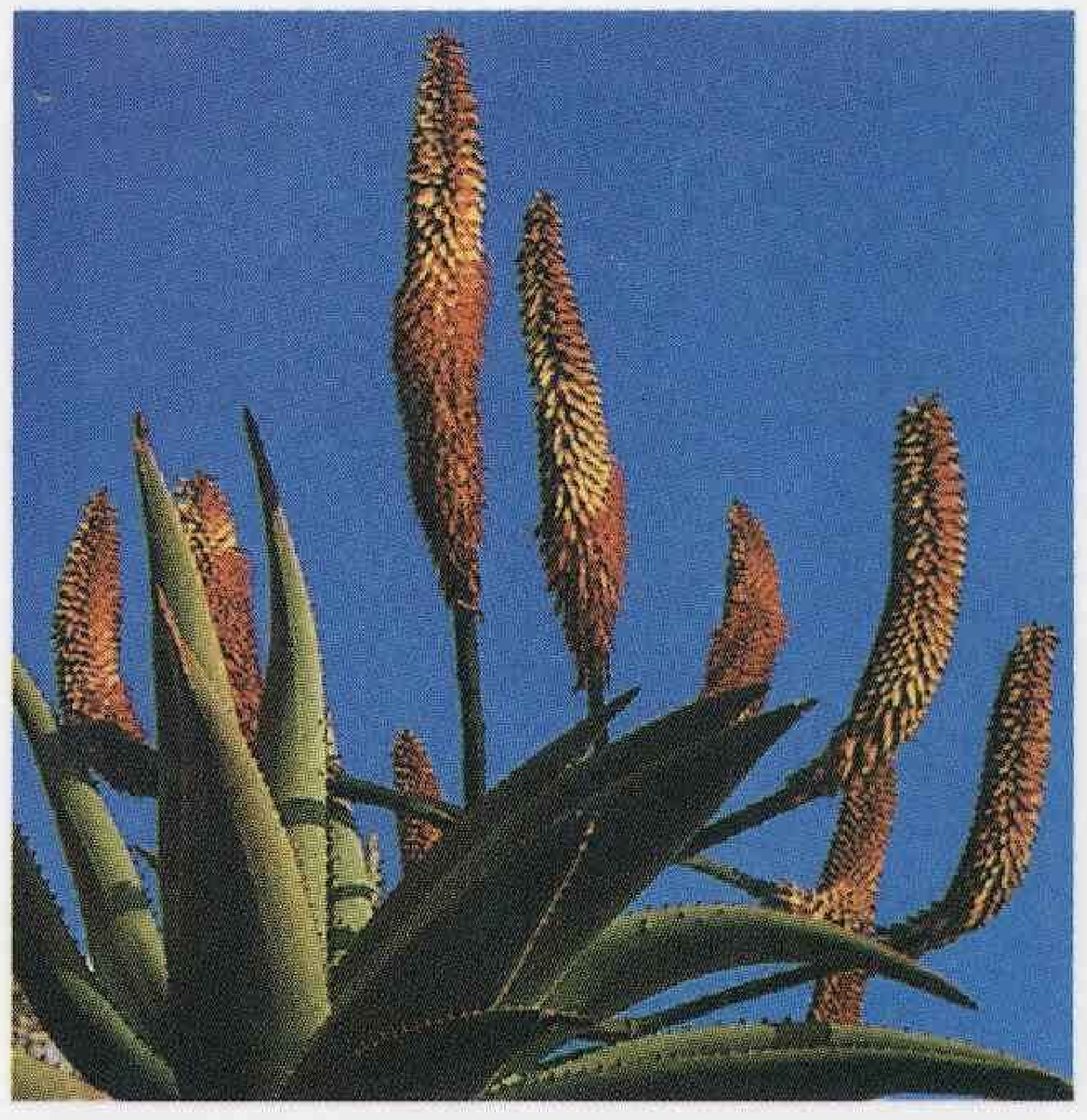
GUÍAS DE LA NATURALEZA

PLANTAS MEDICINALES

También la naturaleza es una farmacia; se trata de algo conocido desde la más remota antigüedad y que sólo un moderno prurito cientifista ha presentado como ineficaz. De todos modos, en la actualidad se ha restaurado la confianza en las propiedades terapéuticas de determinadas especies. Esta guía presenta casi 350 plantas, de cada una de las cuales describe sus características, partes útiles y dolencias para las que es aplicable. ¡La mejor manera de aproximarse a la tradición de los antiguos herborizadores!



grijalbo

PLANTAS MEDICINALES

GUÍAS DE LA NATURALEZA

PLANTAS MEDICINALES

ROBERTO CHIEJ

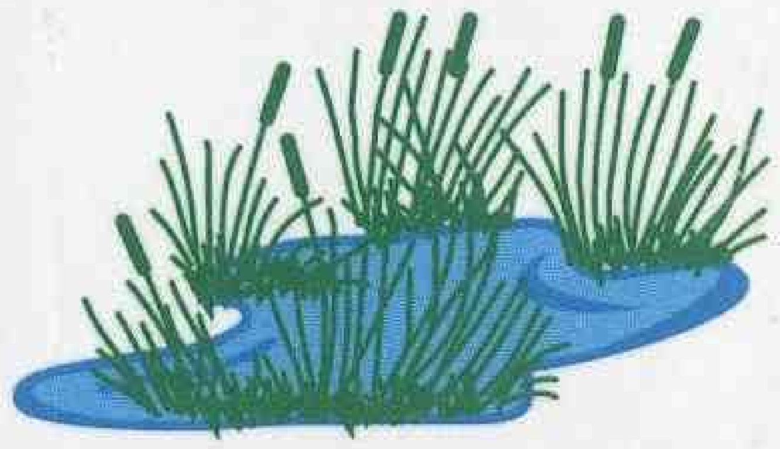
FAMILIA

DESCRIPCIÓN

PARTE UTILIZADA

COMPUESTOS QUÍMICOS

PROPIEDADES



ASPECTO

HÁBITAT

MODO DE EMPLEO

PELIGROSIDAD

UTILIDAD

VISIT…

LANZAROTE
Caliente.COM

GUÍAS DE LA NATURALEZA

A partir de un diseño claro, manejable y resistente, *Guías de la Naturaleza* ofrece la mejor información, la más útil, de todos los dominios del mundo natural: minerales, vegetales y animales; desde los temas más generales hasta los más particulares, desde los tratados horizontalmente hasta los que lo son de modo vertical (fósiles; peces y plantas de acuario).

Los títulos de esta colección se han estructurado en base a fichas para cada ejemplar, todas ellas ilustradas a todo color, aparte de un amplio estudio preliminar del tema. La ficha describe el ejemplar de forma rigurosa y se acompaña de signos convencionales para definir o indicar los aspectos esenciales del objeto de estudio. Esta concepción -que mezcla lo general con lo particular, lo escrito y lo visual, lo erudito y lo práctico- convierte a estas obras en compañeras indispensables para consulta, estudio u observación. Naturalistas, practicantes del excursionismo, aficionados a la jardinería, amantes de la naturaleza en general, todos ellos encontrarán en esta colección uno, o muchos, títulos de interés.

GUÍAS DE LA NATURALEZA

PLANTAS MEDICINALES

ROBERTO CHIEJ

Fotografías de Giuseppe Mazza
Dibujos de Andrea Corbella

grijalbo

GUÍAS DE LA NATURALEZA

Títulos publicados

ANFIBIOS Y REPTILES
ÁRBOLES
ARBUSTOS
AVES
AVES DE JAULA
BONSAIS
BULBOS
CABALLOS Y PÓNEIS
CACTUS
FLORA Y FAUNA DEL MEDITERRÁNEO
FLORES DE BALCÓN Y DE JARDÍN
FLORES DE MONTAÑA
FLORES FRESCAS
FÓSILES
FRUTOS DE LA TIERRA
GATOS
HIERBAS Y ESPECIAS
HONGOS
MAMÍFEROS
MAMÍFEROS AFRICANOS
MARIPOSAS
MINERALES Y ROCAS
MOLUSCOS
ORQUÍDEAS
PECES Y PLANTAS DE ACUARIO
PAPAGAYOS DEL MUNDO
PERROS
PLANTAS Y FLORES
PLANTAS DE INTERIOR
PLANTAS MEDICINALES
PLANTAS SILVESTRES DE LA FLORA IBÉRICA
PLANTAS TREPADORAS
ROSAS Y ROSALES

Título original
PIANTE MEDICINALI
Traducido y adaptado por
MERCÈ SERRANO y FERRAN VALLESPINÓS
de la edición de Arnoldo Mondadori Editore, S.p.A., Milán, 1982
© 1982, ARNOLDO MONDADORI EDITORE, S.p.A.
Derechos exclusivos de edición para todos los países de habla española
y propiedad de la traducción castellana:
©1983, GRIJALBO (Grijalbo Mondadori, S.A.) - Aragó, 385, Barcelona
Diseño cubierta: Mateo & Solano
Segunda edición
Reservados todos los derechos
ISBN: 84-253-3378-4
Depósito Legal: TO: 495-1999
Impreso y encuadernado en
Artes Gráficas Toledo, S.A., Toledo.

AGRADECIMIENTOS

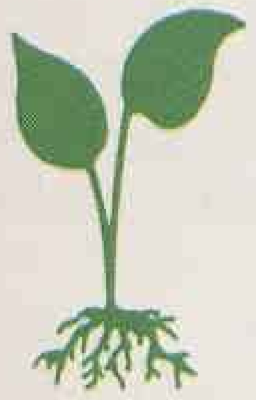
El editor agradece vivamente la colaboración prestada por: Piergorgio Campodonico, Jardín Botánico de Hanbury (Ventimiglia); Laboratorios de Investigación Simes, Milán; Palynological Laboratory, Museo Sueco de Historia Natural, Estocolmo; Garden Club, Mónaco; Jardín Botánico Exótico, Menton-Garavan (Francia); Conservatorio y Jardín Botánico de la ciudad de Ginebra (Suiza); Jean Giovannini y Gilbert Viethel, División de Jardines, Mónaco; Marcel Kroenlein, Jardín Exótico de Mónaco; Perfumería Fragonard, Grasse; Société des Bains de Mer, Mónaco.

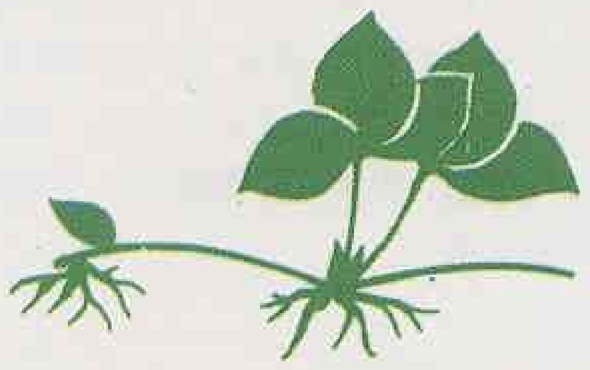
ÍNDICE

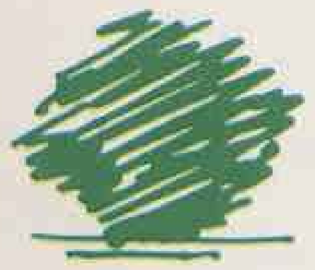
EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS página 6
INTRODUCCIÓN página 10
FICHAS fichas 1-334
GLOSARIO página 423
ÍNDICE ANALÍTICO página 435
ÍNDICE DE NOMBRES POPULARES
  en catalán página 445
  en euskera página 451
BIBLIOGRAFÍA página 456

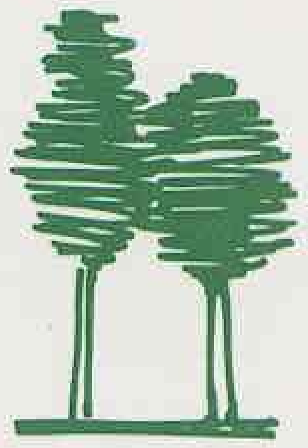
EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS

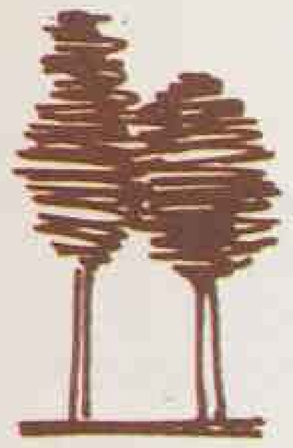
Aspecto de las plantas

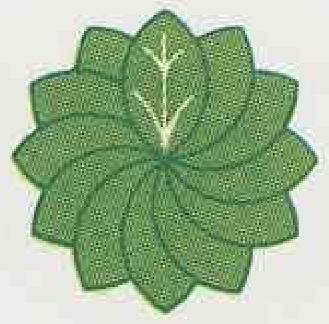

Planta herbácea erecta


Planta herbácea rastrera

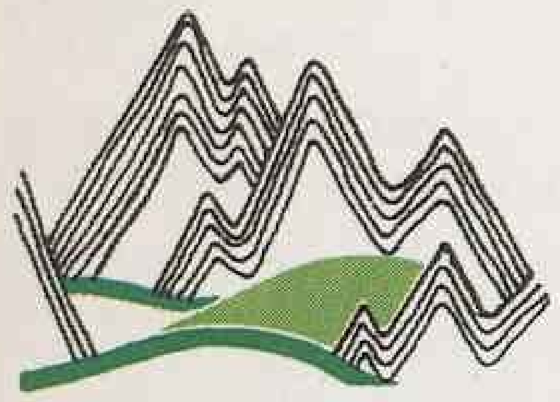

Arbusto perenne

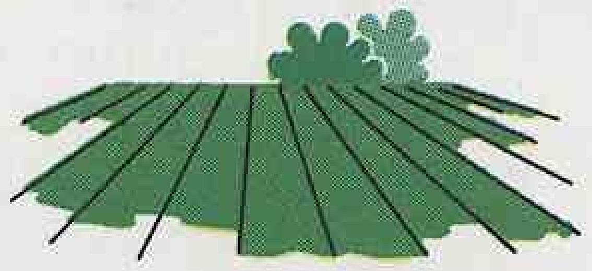

Árbol perenne

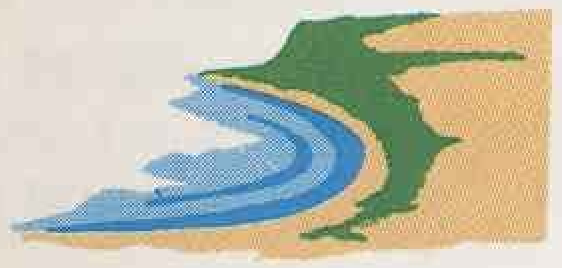

Árbol caducifolio

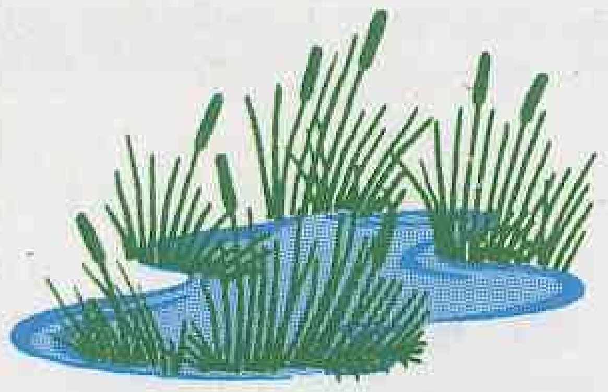

Otras plantas

Hábitat

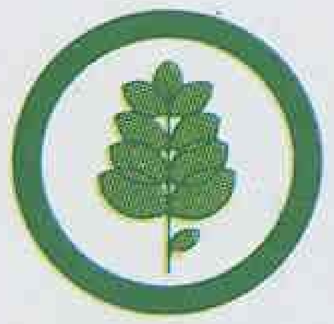

Montaña

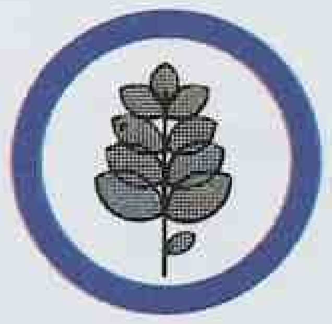

Llanura

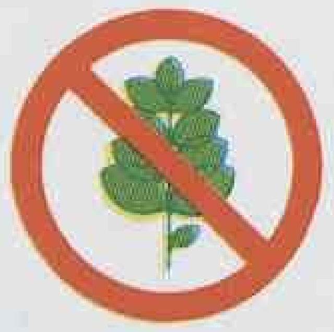

Litoral


Zonas húmedas

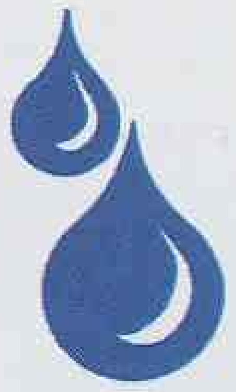
Peligrosidad de la planta

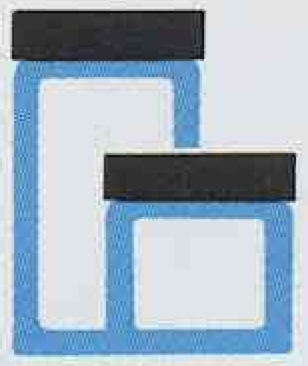

Planta comestible

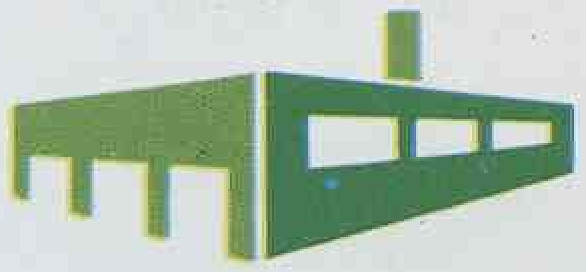

Planta sospechosa


Planta venenosa

Utilidad de la planta


Fabricación de esencias

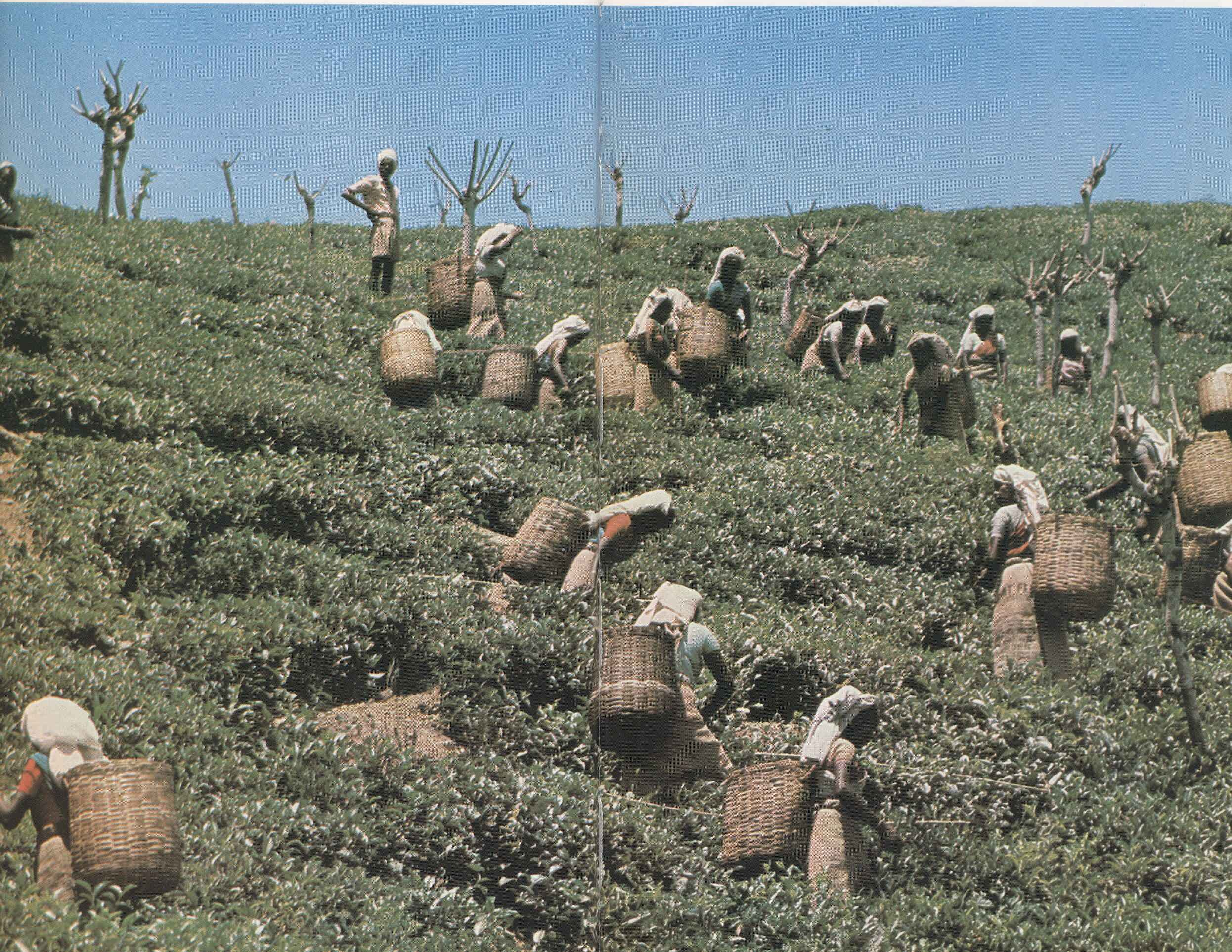

Conservas

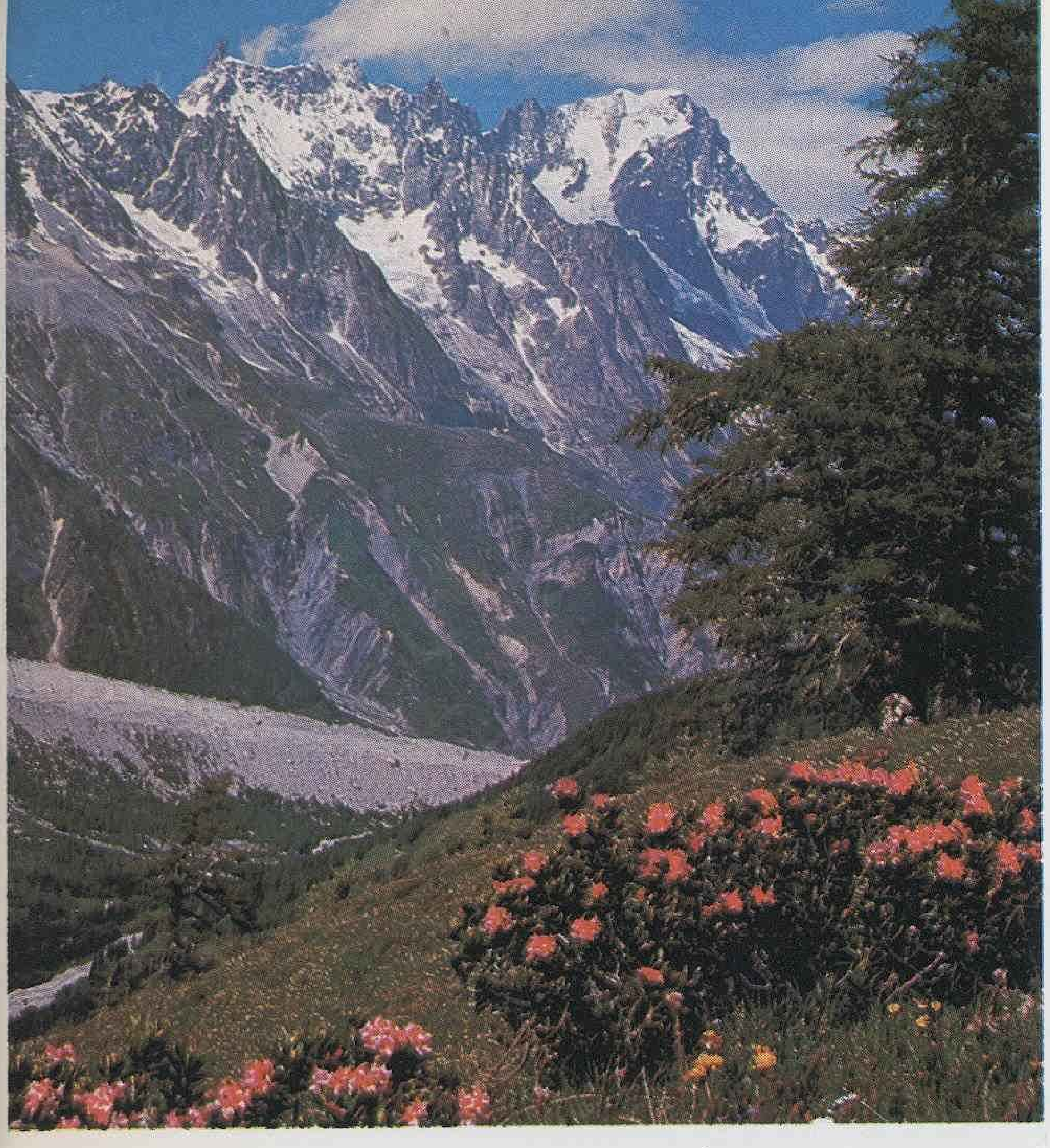

Otros usos industriales

ADVERTENCIAS

Conviene aclarar la interpretación correcta de los símbolos, ya que evidencian únicamente la característica más importante o más común de la planta. En relación al aspecto, existen numerosas especies que participan a la vez de la forma erecta y de la rastrera. Se conocen arbustos que, debido a determinadas condiciones climáticas o de calidad del suelo, entran con más propiedad en la categoría de los árboles. En relación al hábitat, se encuentran especies clasificadas como de montaña que también pueden hallarse en la llanura, o plantas del litoral, entendidas como pertenecientes a la franja costera y no intrínsecamente como de arena, que pueden estar presentes también en las colinas. Esto es válido asimismo para las plantas de llanura o de zonas húmedas. Por ello el símbolo hace referencia exclusivamente al hábitat predominante. En relación al uso, una planta venenosa puede presentar una toxicidad distinta según se desarrolle en un lugar o en otro, lo que hace difícil su clasificación. También en este caso el símbolo elegido se refiere al comportamiento de la planta en su hábitat específico. Por lo tanto, los distintos símbolos deben interpretarse sólo como una información inicial que quedará completada con la atenta lectura de la ficha, hasta lograr un cuadro completo de la especie examinada, teniendo siempre bien presente que en la naturaleza nada puede reducirse a un rígido esquema descriptivo.

INTRODUCCIÓN





Preámbulo

El progresivo deterioro de la relación hombre-medio ambiente se ha convertido, en las últimas décadas, en el centro de una ininterrumpida campaña destinada a sensibilizar a la opinión pública, y ha llevado en parte a replantear alguno de los logros alcanzados en el pasado, y que constituyen la base del sistema de desarrollo de nuestra sociedad. Una sociedad encaminada a la producción de bienes útiles y a menudo inútiles, para alcanzar una máxima comodidad, pagados a precios ecológicamente enormes aun cuando tengan interés económico. Se trata de una alternativa fundamental que abarca todo el sistema de vida moderno.

Un sector vital, la alimentación, se cuenta entre los capítulos que con mayor rigor sufren las consecuencias de esta alternativa. La autenticidad de los alimentos que consumimos es inexistente en la práctica, ya que una serie de imperativos ineludibles nos imponen su manipulación. Los productos de la tierra, por ejemplo, experimentan importantes tratamientos a lo largo de todo su período vegetativo, con el empleo de herbicidas, insecticidas y abonos químicos, y se recogen con notable anticipación respecto a la época natural de su maduración. Ésta se produce mediante un proceso programado de manera artificial y de este modo se logra que los alimentos estén disponibles en el momento que resulte económicamente más ventajoso. Determinados productos industriales del sector alimentario se someten a procesos de coloración artificial, a fin de lograr una mejor presentación en el momento de comercializarlos, y se expenden en envases de plástico, impecables desde el punto de vista higiénico, pero de garantía dudosa al entrar en contacto con el contenido, a menudo de

A la izquierda, hábitat típico de la azalea, utilizada a menudo por los habitantes de los Alpes para preparar el «aceite de marmota», de propiedades antirreumáticas. Abajo, la amapola (Papaver rhoeas), *que con su espléndido color suele alegrar los campos de cereales. Se utiliza en medicina casera como expectorante.*

naturaleza ácida. Por último, un número muy elevado de productos se trata con una serie de aditivos químicos a fin de asegurar una prolongada conservación.

Estas son algunas de las alternativas impuestas obligatoriamente por la moderna tecnología, con objeto de asegurar mejores resultados en relación a la disponibilidad, conservación y comodidad en el manejo y consumo de alimentos.

También es cómodo el empleo de detergentes en usos domésticos e industriales, aunque contaminen las aguas residuales. Los envases desechables contribuyen asimismo a alterar progresivamente la calidad del medio ambiente con una serie de desperdicios indestructibles. A la edificación continua y «salvaje» (por utilizar un término actual), especialmente en las zonas de alta y media montaña, se añaden las industrias intensivas de cría de ganado, que provocan la contaminación de los manantiales que aseguran el suministro de agua potable a los grandes núcleos urbanos asentados en la llanura. En estas ciudades, además, el aire presenta unos índices de contaminación que rebasan con mucho los límites de seguridad para la salud humana, y que se deben a las emanaciones de los vehículos de motor, a los humos de calefacción doméstica y a la instalación de diversos tipos de industrias.

A partir de esta larga, aunque parcial, lista de precios ecológicos que la moderna sociedad debe pagar por su sistema de desarrollo, se deducen claramente los costos de esta «comodidad» impuesta, a los que nadie puede sustraerse.

Por otro lado, muchas de estas alternativas deben atribuirse básicamente al incremento de las exigencias alimentarias de la población, a causa de su

notable aumento numérico y de las modificaciones introducidas en el régimen de vida como consecuencia del fenómeno urbano. La marginación de la actividad agrícola o primaria, consecuente con el desarrollo económico que se inició a finales del siglo pasado, y que se hizo explosivo a partir de la terminación de la primera guerra mundial, ha incrementado en medida considerable las capas de población dependientes del mercado para su aprovisionamiento alimentario. Frente a estas exigencias, ha tenido lugar una acomodación de la oferta en términos de calidad y cantidad. Como ya se ha dicho, a menudo estos dos parámetros se han logrado a costa de la autenticidad. Especialmente en los últimos años se ha puesto en tela de juicio el uso indiscriminado de algunos medios de producción, sobre todo en la agricultura y en la industria. Las primeras consecuencias, en orden de importancia, de este tipo forzado de vida moderna son las enfermedades que alcanzan a la población a cualquier edad, ya que se da una alta incidencias de enfermos jóvenes aquejados, desgraciadamente, de dolencias letales en otros tiempos exclusivas de los individuos de edad avanzada. Se conoce la totalidad de las enfermedades actuales; sin embargo, el progreso de la farmacología tiene dificultades para afrontarlas y las cura empleando una cantidad enorme de productos, a menudo con resultados poco satisfactorios. Surge por lo tanto la perplejidad entre el clamor de determinadas publicaciones especializadas, que resaltan la acción de fármacos muy eficaces y rápidos, que curan al paciente sin apartarle de sus tareas habituales, y otro tipo de propaganda que, más prudente, pone en evidencia la peligrosidad de esos mismos fármacos e invita a orientarse hacia el uso de medicinas alternativas más naturales, largo tiempo olvidadas, ya que fueron vencidas por el progreso.
Como consecuencia, un amplio sector social, quizá el más escéptico o aprensivo, ha adoptado este tipo de tratamientos, preferentemente los basados en la utilización de plantas medicinales. Se entrega con fe a la competencia de los herbolarios, improvisados o bien preparados, pero a menudo carentes de unos sólidos conocimientos médicos. Para cada tipo de enfermedad adquiere bolsitas de hierbas muy bien presentadas y adecuadamente anunciadas, aunque también de coste elevado, sin la mínima garantía en relación al producto ni mucho menos al resultado.
Debe tenerse presente que el suministro incontrolado de hierbas inadecuadas o tóxicas puede producir los mismos efectos nocivos que el uso indiscriminado de productos sintéticos. Además, la fitoterapia resulta a menudo ineficaz cuando se utilizan las plantas secas que se venden en los comercios, cuya idoneidad es dudosa, al tratarse, casi siempre, de mercancías de importación recolectadas mucho antes. Por todo lo dicho, es evidente que la eficacia de los principios activos presentes en las plantas queda reducida en medida considerable y, en algunos casos, anulada por completo. A menudo, pues, la ineficacia en el tratamiento debe imputarse a la utilización de una planta vieja, usada fuera de plazo, al igual que sucede con los fármacos comunes. La única diferencia reside en la inocuidad del preparado obtenido.

La curación con plantas medicinales debe dirigirse hacia un tipo particular de enfermos, ya que también es particular el sistema: el proceso suele ser largo, puesto que la planta actúa de forma muy lenta contra la enfermedad, como largos son también los tiempos requeridos de paciente y cuidadosa preparación. El enfermo debe estar dispuesto a soportar la ingestión de infusiones y decocciones no siempre agradables, a menudo en grandes dosis y en horarios incómodos. Todo ello contrasta con la vida moderna, en la que el tiempo tiene un valor intrínseco, y con la práctica de la utilización de agradables preparados farmacéuticos que se toman rápidamente, en cantidad insignificante y en cualquier parte. No hay que olvidar jamás la dificultad, para los que residen lejos de las herboristerías, de conseguir las hierbas ni tampoco el costo elevado de la curación, ahora que la fitoterapia se ha convertido en medicina de moda, guiada por amplísimos intereses ciertamente no humanitarios.

Espléndida plantación de colza (Brassica napus), *especialmente indicada para la curación de las artropatías.*

Una vez comentadas las dificultades que presenta la curación mediante hierbas, es justo examinar sus aspectos positivos. Constituye sin duda una ventaja la posibilidad de tener a nuestra disposición toda una amplia variedad de elementos esenciales para el organismo humano, proporcionados por otro organismo vivo de origen vegetal. Esta afinidad natural permite una asimilación fácil y total de los elementos que ha elaborado la planta, mediante la utilización de sus órganos de crecimiento, y que resultan indispensables para la vida humana. Confirman esta aseveración las frecuentes prescripciones médicas que aconsejan el uso de dosis masivas de cereales, hortalizas o frutas antes que recetar productos farmacéuticos, especialmente en las enfermedades carenciales que se presentan a temprana edad.

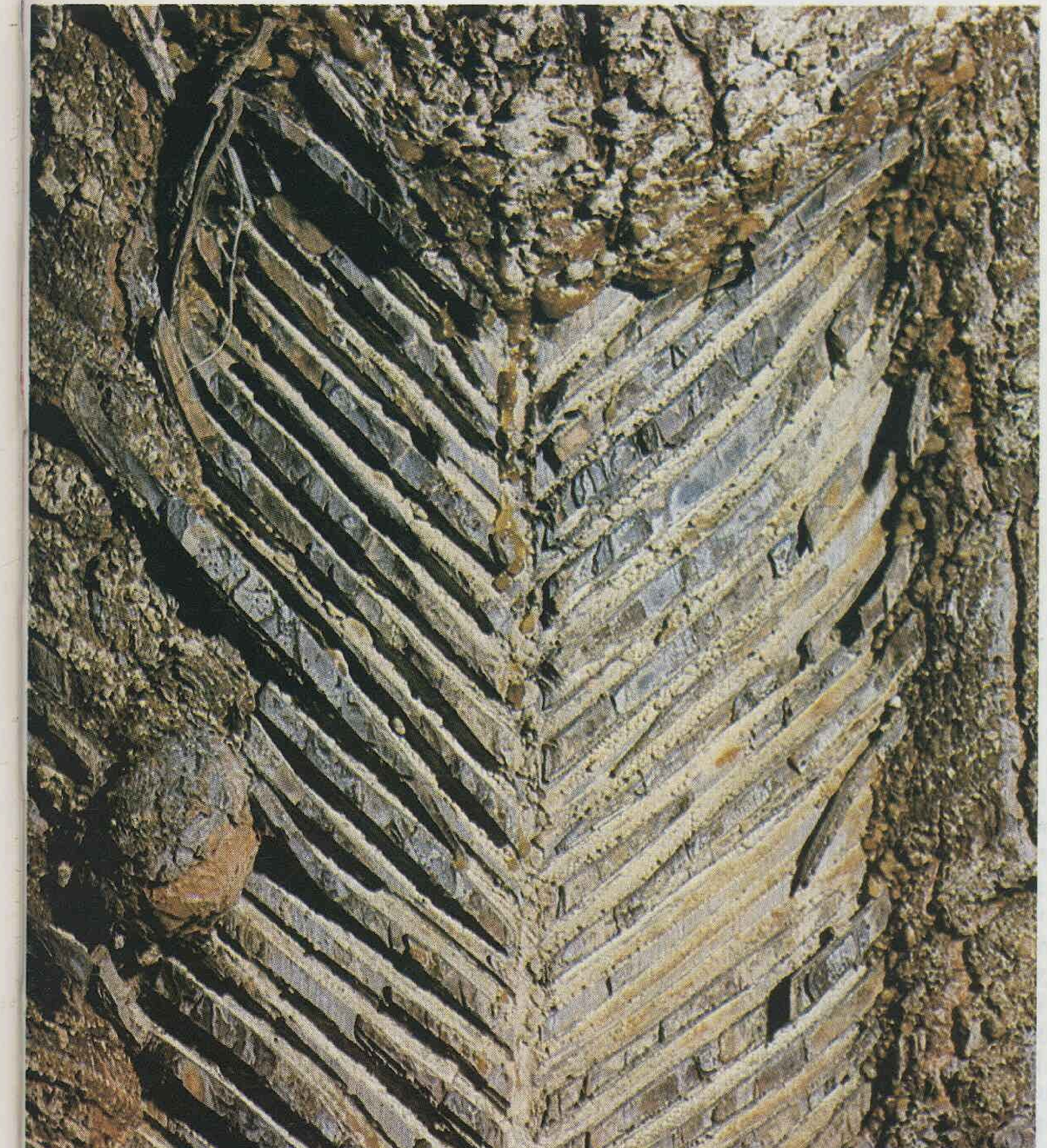
Otra ventaja, que hace preferible el uso de medicinas vegetales, es la inocuidad del tratamiento, con tal de que éste sea serio, entendiendo por ello que se realice bajo el control del médico. La administración jamás se interrumpe porque sea nociva, sino que, eventualmente, se hace por resultar demasiado suave o prolongada. Conviene aclarar que no todas las enfermedades pueden curarse con plantas. Hay que desecharlas en casos

Semillas de anís (Pimpinella anisum), *de las que se obtiene un aceite esencial usado en las preparaciones de licores y en farmacia.*

que requieren necesariamente intervenciones quirúrgicas, y en cambio son útiles si se limitan a aquellos enfermos que presentan afecciones curables sin la exigencia de que sanen en poco tiempo. El empleo de plantas medicinales nació con el hombre, y éste, a lo largo de la historia, ha atesorado experiencias sobre los efectos beneficiosos que su uso producía en el organismo, cuando todavía no era posible encontrar una explicación científica. Rápidamente fueron separadas las especies comestibles de las venenosas y seleccionadas las partes útiles. Los conocimientos adquiridos fueron transmitidos de forma verbal, y ello provocó modificaciones y suposiciones fantásticas que todavía hoy pesan en la realidad herborística, y que el progreso científico ha puesto en entredicho. Las plantas se clasificaron, recibieron una denominación botánica y fueron químicamente analizadas, para distinguir sus componentes y principios activos.

Este análisis llevó, en tiempos modernos, a la producción de compuestos análogos obtenidos por vía sintética, de dosificación más fácil y que era posible conservar en espacios reducidos, haciendo de este modo homogéneos los distintos tratamientos. Se ha comprobado por vía experimental que sustancias extraídas de plantas medicinales y otras idénticas producidas sintéticamente se comportaban de distinto modo desde el punto de vista curativo. También se ha observado una distinta capacidad de absorción y una diferente suavidad terapéutica. Sin embargo, otras fuentes consultadas evidencian una mejor curación con los fármacos sintéticos, aunque los vegetales manifiestan superior estabilidad de los resultados. A estas razones para el actual retorno a las plantas medicinales se suma la posibilidad de que el paciente profano

Método de extracción de la resina de las coníferas mediante incisiones practicadas en el tronco, en forma de espina de pez. A partir de este producto primario se obtiene principalmente la trementina.



sepa distinguir, viéndolos, qué medicamentos está usando. ¿Quién no conoce actualmente la manzanilla, la menta o la albahaca? Tampoco debe desecharse la atracción que ejercen las viejas y perfumadas herboristerías, que despiertan curiosidad y confianza.

El estudio moderno de las plantas medicinales se desarrolla rápidamente en todo el mundo. Surgen nuevos complejos que investigan las especies desconocidas y profundizan en el conocimiento de las ya usadas; que seleccionan en cultivo nuevas semillas a fin de mejorar los rendimientos cualitativos y cuantitativos; y que elaboran nuevas recetas científicamente comprobadas, cada vez más adecuadas para los distintos tipos de enfermedades. Se confía que con todo ello no se desate una cruzada contra los fármacos sintéticos, lo que sería un error grave, pues los preparados fitoterápicos resultan eficaces en algunas afecciones y los sintéticos, idóneos para otras, pero ambos tienen como único fin restablecer la salud. Cabe esperar que una y otra rama del estudio procedan conjuntamente a sus trabajos sin conflictos. Conviene tener presente que las partes curativas de una hierba no son el eje leñoso o la lámina foliar, sino los compuestos químicos que la planta ha elaborado y que se hallan contenidos en ella. El número de estos compuestos en cada vegetal es muy amplio y, en numerosísimos casos, no pueden reproducirse químicamente.

La planta proporciona al instante el medicamento, disponible para ser extraído, clasificado y conservado. Por lo tanto, muchos serán los fármacos que deban seleccionarse, y de ellos se utilizarán los no sintetizables.

Si se tiene presente la gran cantidad de principios activos elaborados por las plantas, se comprueba con estupor que la naturaleza ofrece una reserva inmensa y en gran parte desconocida de medicamentos, suministrados no en forma de píldora sino a modo de flores, frutos, hojas y semillas.

Puesto que cada compuesto posee una acción específica sobre el organismo, nos damos cuenta de que el mundo vegetal puede ofrecer, a menudo gratuitamente, grandes valores a la humanidad doliente. Muchos son los males que pueden combatirse y vencerse mediante un estudio más profundo y sistemático de las innumerables especies vegetales existentes. El método de preparación, que cuenta con procedimientos adecuados y modernos, permitirá resaltar la acción de determinados compuestos en detrimento de otros, puesto que una misma planta es activa frente a varias enfermedades. Como ejemplo puede citarse el caso del líquen de Islandia, que en uso doméstico proporciona, según el tipo de preparación, una sustancia amarga o una pectoral. La fitoterapia vive actualmente su segunda época de prestaciones humanitarias a gran escala, de una forma moderna, racional y científica. Se encuentra también en un proceso de liberación de las leyendas del pasado y frente al microscopio y los ordenadores, pero no cesará de sorprender a los investigadores, todavía perplejos al comprobar que un principio activo, definido y clasificado, se comporta de modo distinto o de forma no prevista, extraña a los resultados científicos experimentales. Tal comportamiento justifica la perplejidad de los antiguos estudiosos, que atribuyeron propiedades distintas a los principios activos de una misma planta. La razón de estos resultados imprevistos se debe a la acción sinérgica de los varios componentes de una planta, y no sólo del principio activo sobre el que se centra nuestra atención.

El líquen de Islandia (Cetraria islandica), *que crece también en la zona mediterránea, es muy usado como pectoral y nutritivo. Un género afín proporciona el ácido úsnico, que sirve de base para la preparación de numerosos desinfectantes modernos.*

El fenómeno del sinergismo se ha utilizado ampliamente en las modernas terapias, a todos niveles. Se trata de la asociación de dos o más fármacos, cuya acción combinada puede dar lugar a las siguientes modalidades:

— a una acción igual (sinergismo de suma): los distintos fármacos despliegan la misma función sobre el organismo;

— a una acción diversa (sinergismo de potenciamiento): los fármacos desarrollan acciones colaterales sobre distintas partes del organismo;

— a una acción antagónica (sinergismo de degradación): los fármacos que independientemente desarrollan su acción, al unirse determinan un resultado distinto del previsto.

Una vez más quedan patentes las posibilidades que encierra el estudio en profundidad de los vegetales que contienen numerosos principios activos. Desgraciadamente, al tratarse de curas prolongadas, los experimentos sobre enfermos hospitalizados deben excluirse. En efecto, resultarían antieconómicos si se practicaran en gran escala en naciones en las que la permanencia en las camas hospitalarias debe limitarse al máximo. Salvo casos particulares, estos experimentos se han efectuado en situaciones excepcionales, como por ejemplo en tiempo de guerra o en lugares en los que el aprovisionamiento de fármacos sintéticos era precario o nulo.

Otra contribución válida para aumentar el conocimiento en relación a los tratamientos fitoterápicos la proporcionan los países con bajo nivel tecnológico, que son también los mayores exportadores de plantas medicinales. Como consecuencia, estos países han usado de forma más amplia la cura fitoterápica, incluso hospitalaria, pero desgraciadamente disponen de medios limitados de investigación. No obstante, el conocimiento de los resultados obtenidos constituye una contribución

Gránulos de polen obtenido mediante las prácticas modernas de apicultura, muy usados como energéticos y como base para la fabricación de preparados antialérgicos.

válida, ya que pueden ser estudiados y profundizados en países más desarrollados y con medios de investigación más adecuados.

Historia de la herboristería

Trazar la historia de la herboristería significa seguir la historia de la farmacia, ligada hasta hace un siglo al uso y elaboración de las plantas medicinales.

El descubrimiento de las propiedades curativas de las plantas fue, al principio, meramente instintivo. El hombre primitivo halló en las plantas el alimento y la medicina. Se percató, probablemente al cabo de algunas tristes experiencias, de las propiedades de las plantas, y estableció la diferencia en los resultados, apoyándose también en la observación de los animales que las ingerían.

Reconoció que la cariofilada cura las heridas, al observar que el ciervo se sirve de ella con este fin; o que la grama provoca vómitos, propiedad que instintivamente conoce el gato. Numerosos autores relatan ejemplos notables de esta espontánea sensibilidad de las distintas especies de animales para saber curarse utilizando las plantas apropiadas. Así, Cicerón cita el uso del apio por los cervatos para facilitar el parto, y Plutarco menciona el uso del aro por los osos. Con toda seguridad, se sucedieron los envenenamientos antes de poder diferenciar las hierbas curativas y las venenosas. Conviene tener presente lo que dice Molisch en relación con las plantas que contienen cafeína (café, cola, mate, té, cacao, guaraná): son solamente seis plantas entre las innumerables especies vegetales, y sin embargo el hombre supo individualizarlas con precisión, a pesar de no presentar caracteres que permitan un fácil reconocimiento por su principio activo.

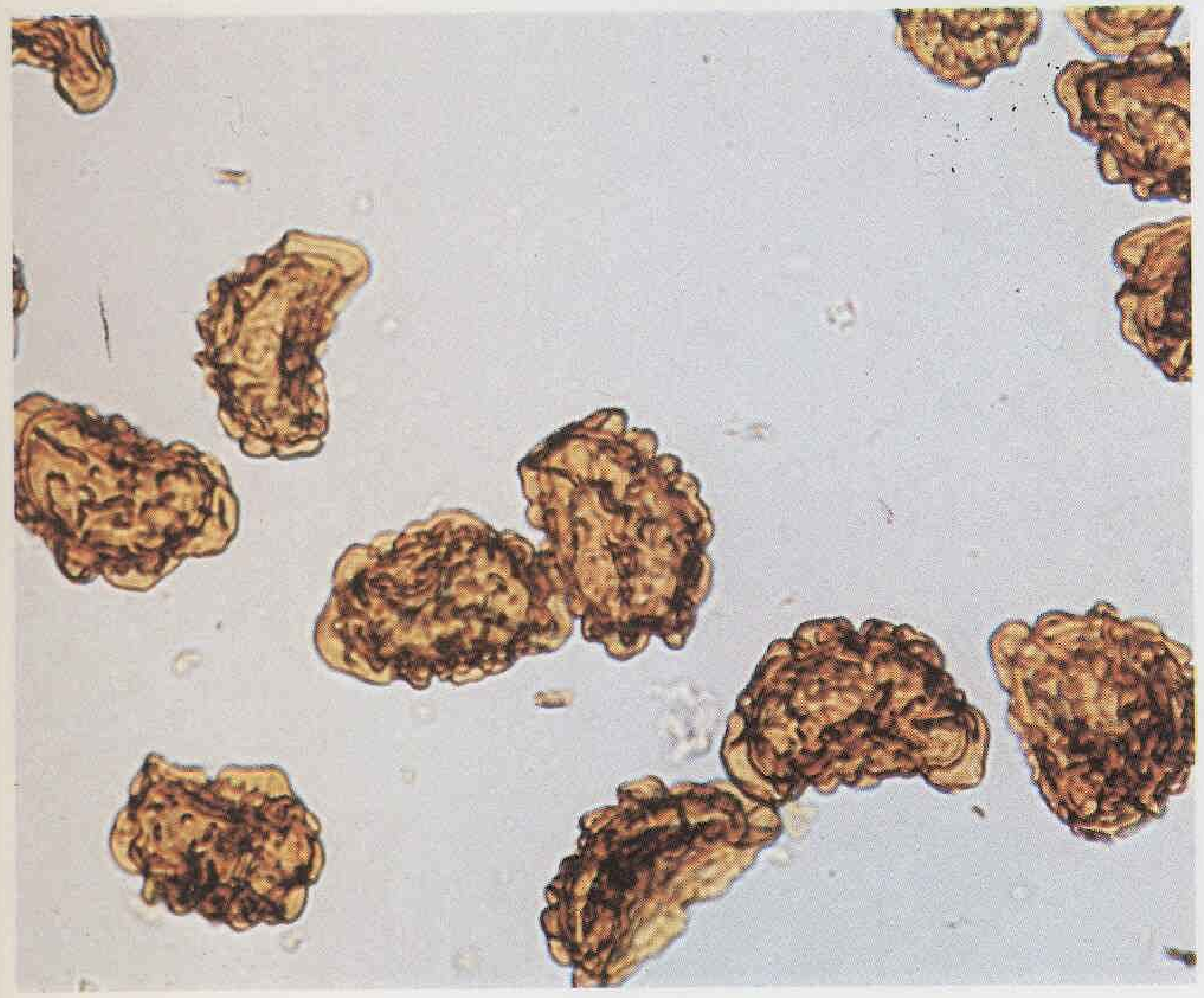
Rama con bayas de cafeto (Coffea arabica), *con las que se prepara el café, de conocidos efectos sobre el sistema nervioso y usado también en la medicina homeopática.*

El aspecto instintivo, que caracterizó las primeras fases del conocimiento botánico medicinal, derivó posteriormente a una actitud racional cuando se intentó observar para extraer deducciones y mejorar cualitativamente la vida. Con ello se operó la transición de la época prehistórica a la antigüedad. En este período puede inscribirse la medicina egipcia, que recuerda el *Papiro de Ebers* (G. M. Ebers, egiptólogo y novelista alemán, 1837-1898). Esta fuente ilustra acerca de las preparaciones farmacéuticas y de las múltiples drogas. Se conocía el uso del ricino, la menta, el lino y, para los embalsamientos, la resina, el cálamo aromático, el benjuí y una serie de esencias aromáticas que todavía no han podido ser identificadas.

Tras los egipcios destaca el conocimiento médico de los babilonios, al que hemos tenido acceso por tablillas cuneiformes que demuestran el importante papel que otorgaban a las plantas medicinales. La Biblia nos transmite el uso que hacían los hebreos de determinadas plantas, como el hisopo y el cedro, para la curación de las enfermedades.

Se llega así a la época griega. Gracias a Teofrasto, se dispone del primer tratado sistemático de botánica farmacéutica, titulado *De historia plantarum*. En él se hace patente el esfuerzo para ordenar científicamente una materia tan importante; sin embargo, manifiesta también grandes limitaciones debidas fundamentalmente a los escasos conocimientos disponibles de aquella época, a pesar de citar por vez primera el uso de los helechos como vermífugo y la diferencia entre el pimentero alargado y el redondo. Constituye, además, un texto de difícil interpretación, a causa de

Esporas de helecho macho (Dryopteris filix-mas), *de la familia Polipodiáceas, observadas al microscopio a 180 aumentos. El rizoma proporciona el tenífugo conocido más eficaz, que se prepara en forma de extracto etéreo.*

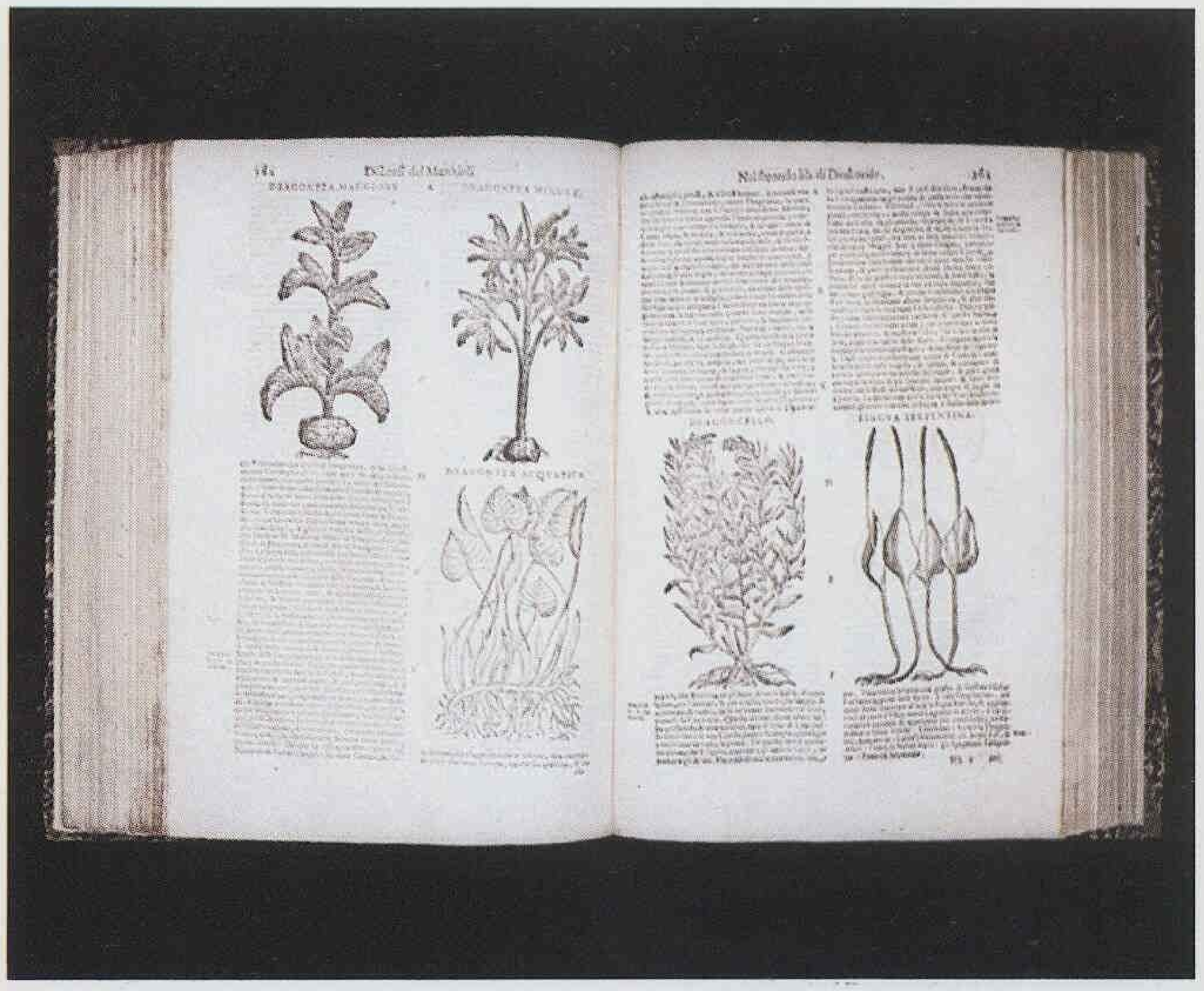


los nombres de las plantas, completamente distinos a los actuales y por lo tanto de difícil identificación.

La obra de Pedanio Dioscórides Anazarbeo es bastante más importante: consta de cinco volúmenes en los que se trata toda la materia médica de la época, comprendida la que guarda relación con las plantas. Se advierte un tímido intento de clasificación de las plantas medicinales, no en base a un orden alfabético, sino en función de sus afinidades. Las descripciones, simples y alejadas de referencias de tipo supersticioso, son precisas y nuevas, y las preparaciones están muchísimo más logradas. Al haber viajado intensamente, obligado por su profesión de médico militar, tuvo ocasión de conocer una serie de plantas exóticas que describe por vez primera. Sus escritos constituyeron el texto fundamental en el ámbito de la farmacología casi hasta finales del siglo XVI, lo que demuestra la amplitud de sus conocimientos sobre la materia.

La importancia concedida al texto disocorideo hizo que posteriormente numerosos autores escribieran libros de crítica o ampliación de su obra. De todos estos comentarios, que a menudo se limitaban a los aspectos meramente filológicos, el más completo y funcional es sin duda *El discurso* de P. A. Mattioli, médico sienés de una época mucho más tardía, y que se convirtió en el texto adoptado por la totalidad de las universidades de su tiempo. Mattioli criticó y analizó la materia tratada por Dioscórides, y recatalogó las plantas, eliminando las incertidumbres y atribuyendo los nombres exactos a cada uno de los simples. En su texto, además, se relaciona el descubrimiento de nuevas plantas como el girasol, o bien la introducción y posterior difusión de plantas exóticas como el castaño de Indias.

Páginas del antiguo libro de herboristería del médico y botánico sienés Pietro Andrea Mattioli, Sopra i discorsi di Dioscoride, *en el que intentó recoger de modo sistemático toda la materia conocida en su época. Los dibujos que se observan corresponden a xilografías.*



Otro reputado médico de la antigüedad fue Hipócrates, quien influyó en el mundo romano y parte del medieval, a través de sus aforismos, recetas, métodos de dosificación y dietas.

También de la época romana deben citarse los ejemplos de Escribonio Largo, Plinio y Oribasio. Del primero se recuerda que usó algunas palabras todavía hoy presentes en la terminología farmacéutica, como son anodino, béquico o epispástico, pero también se ocupó de la botánica medicinal; en cambio, de Oribasio se sabe que trató del reconocimiento de la falsificación de las drogas. Plinio es el más importante de todos estos autores, ya que en una gran cantidad de volúmenes, titulados genéricamente *Naturalis historia,* recogió el pensamiento científico y los conocimientos de su época. Su obra sigue siendo fundamental para acceder al conocimiento de la farmacología antigua. Sus escritos no responden a una experiencia personal, sino que se basan en las aportaciones de otros autores.

Galeno, médico más famoso que Dioscórides, fue un profundo conocedor de la flora medicinal. Catalogó los medicamentos en función del «calor» en una serie de grados crecientes, posibilitando la elección basada en este criterio del fármaco más adecuado para cada dolencia. No es infrecuente todavía en la actualidad, en determinadas poblaciones rurales, el empleo de la palabra «calor» en relación con ciertas enfermedades.

Con la caída del imperio romano y con las sucesivas invasiones bárbaras se detuvo el progreso de los conocimientos científicos. No obstante, éstos fueron conservados celosamente en los conventos, que de esta forma contribuyeron al mantenimiento pleno de una actividad económica, cultural y religiosa.

Durante este período, la escuela de Salerno, mediante el *Regimen sanitatis,* se convirtió en centro de difusión de la cultura grecorromana y árabe. A esta escuela se atribuye el descubrimiento de algunas hierbas, como la asa fétida, el sen y el macis, por sólo citar las más importantes. El posterior desarrollo, tanto en relación al conocimiento de las propiedades como al descubrimiento de nuevas drogas, tuvo lugar durante el período de las repúblicas marítimas italianas, cuando Venecia, con sus propios traficantes con Oriente, se convirtió en el punto de llegada para todo el mundo occidental de las plantas medicinales. Resulta notable la cantidad de libros de botánica, en especial tratados de plantas curativas, que fueron impresos en Venecia durante aquella época. Quien por entonces no tuviera en su casa un poco de pimienta que ofrecer a su huésped, representaba el grado máximo de la indigencia.

Esta posición de prestigio y hegemonía se perdió con el descubrimiento de América, que hizo desplazar los centros comerciales de las drogas hacia España. El Nuevo Mundo supuso el conocimiento de nuevas plantas medicinales y comestibles: tabaco, patata, maíz, guayaco, zarzaparrilla, etc. Todo ello tuvo una influencia capital en la botánica del siglo XV y provocó posteriores confusiones a causa de la deficitaria organicidad de la materia, pero simultáneamente propició un notable empuje hacia una revisión crítica y constructiva del tema. La atención se dirigió hacia un estudio filológico de los textos antiguos, intentando conciliar las divergencias planteadas en los textos correspondientes a diversos autores, que identificaban una misma planta con varios nombres de fantasía. El trabajo era más propiamente de comentario de los términos que de estudio científico de la materia. En la gran lista de los humanistas se distingue a Ermolao Barbo, que intentó uniformizar la gran variedad de términos utilizados y establecer paralelismos entre los textos antiguos, posibilitando de este modo una visión de conjunto más comprensible. En su texto, *Castigationes Plinianae,* rectifica numerosos puntos y aclara la nomenclatura, no muy comprendida en su época, descubriendo errores y repeticiones. El texto, a pesar de que no supone ninguna aportación científica nueva, aclara una materia que con el tiempo se había hecho totalmente incomprensible.

La crítica filológica acompañó a un cambio de actitud: las plantas de importación exótica dejaron de ser aceptadas pasivamente como panacea, y el trabajo ya no se planteó como el descubrimiento de remedios milagrosos, sino que se intensificó la búsqueda de sucedáneos locales en el convencimiento de que todavía quedaba mucho por descubrir. Se alcanzó de este modo un nuevo rigor en la investigación, avalado por la creación de cátedras, por el desarrollo de herbarios, por la impresión de xilografías y también por la creación de los jardines botánicos, donde finalmente se logró que los simples pudieran ser cultivados y estudiados *in situ.* Como cátedras muy importantes deben citarse las del instituto de Padua en 1533 y la de Bolonia. A partir de este momento los jardines botánicos surgieron prácticamente en todas las universidades y se extendieron con rapidez por todos los países cultos de Europa.

Al llegar a Paracelso, la herboristería cambia por completo de enfoque y se instauran nuevos métodos y también nuevos principios: supone el inicio de la época de los estudios químicos que precedió a la síntesis de los distintos productos.

Sin adentrarnos en la filosofía científico-mística de Paracelso, queda

En la página 22, antigua farmacia en Santa Maria Novella, en Florencia. En las vitrinas del fondo se observan diversos ejemplares de redoma florentina. En primer plano, un mortero de bronce y un molino de pórfido, este último utilizado para reducir a polvos las drogas.
En la página 23, trastienda de la antigua farmacia de la abadía de Trisulti, en Italia. En las estanterías se observan los recipientes de la época, fabricados en madera, ideales para la conservación de los simples.

patente que descansa en el descubrimiento de lo que se ha definido como principio activo de la planta. Según Paracelso, lo que curaba no era el conjunto de los contenidos elaborados por el simple, sino su quintaesencia, el arcano, la parte más pura y noble. La droga dejaba de ser un conjunto unitario para convertirse en una agrupación de sustancias seleccionables entre sí y extraíbles, utilizables de modo separado o conjunto.

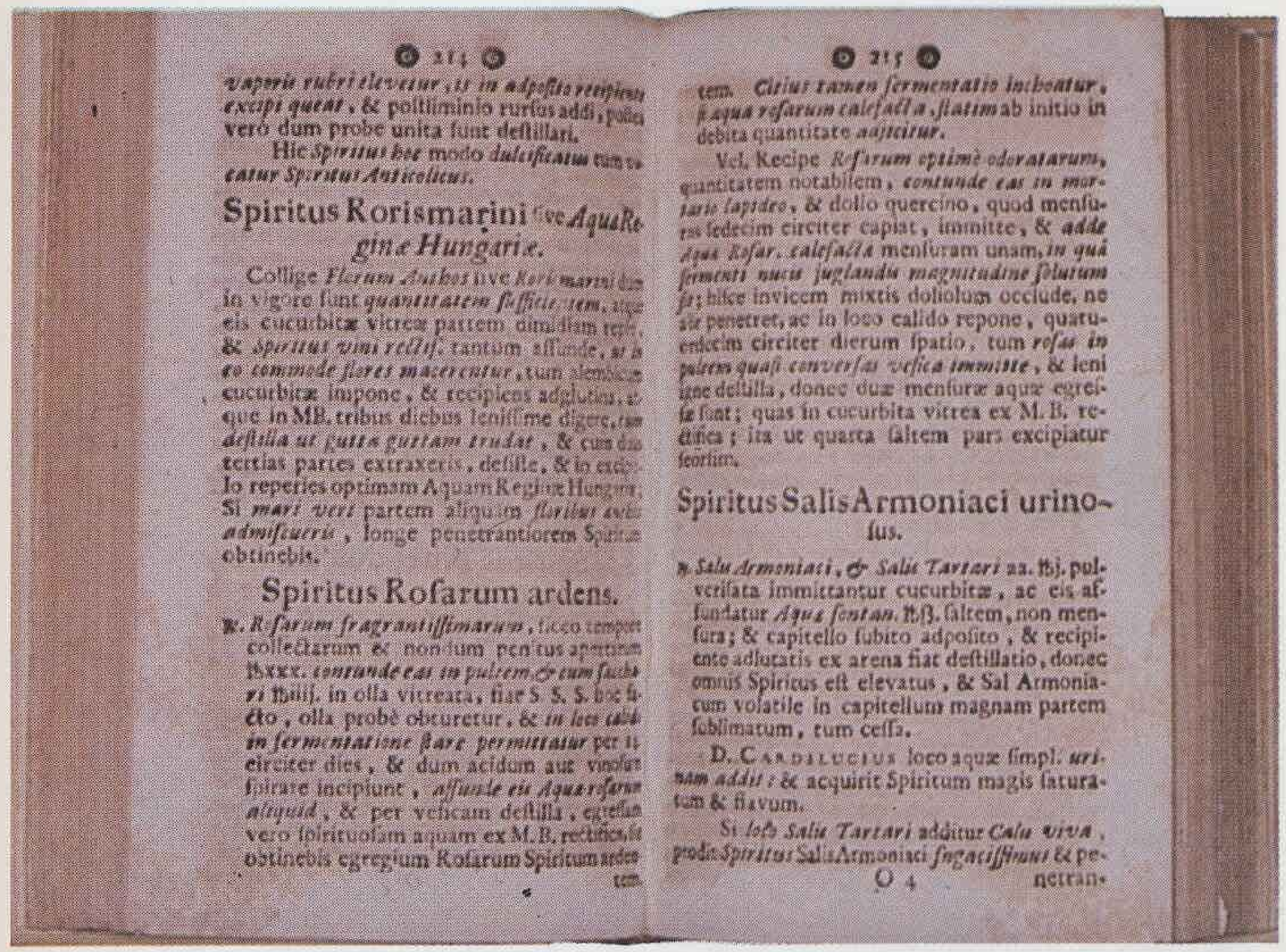
Esta idea no constituía propiamente una novedad, ya que se conocía el proceso de destilación y con él la extracción seca, pero nadie como Paracelso dio el máximo impulso a esta metodología. Con ello se modifica también la figura del boticario, que se convierte en farmacéutico, y no tiene ya como objetivo primordial mezclar, sino extraer y formar nuevos compuestos.

Nacen los extractos, las tinturas y otras preparaciones. La exageración de los seguidores de Paracelso llegó hasta la abolición total del uso de las plantas, iniciándose el cultivo de una parte de la química destinada al estudio de los medicamentos, la denominada iatroquímica.

De esta época datan los primeros progresos efectivos obtenidos no mediante la utilización de los métodos de la destilación acuosa o seca, sino a través del uso de solventes como el alcohol y el ácido acético. Lemery, médico de Luis XIV, y Scheele, investigador sueco, obtuvieron importantes resultados en el ámbito químico. El primero, con sus descubrimientos y sus interesantes escritos (de los cuales el más importante se tituló *Sobre los defectos y poca utilidad de los análisis ordinarios de las plantas y de los animales*), hizo decaer la metodología hasta entonces empleada; el segundo aisló por vez primera algunos principios activos como son los ácidos oxálico, cítrico, gálico y málico. El aislamiento de los primeros alcaloides y glucósidos fue obra de F. W. Sertürner: logró obtener la morfina y establecer su alcalinidad. Le siguieron otros investigadores como Robiquet, Pelletier, Gómez, Reimann, Hesse y Niemann, aumentando los conocimientos con descubrimientos como la quinina, la nicotina, la codeína y la cocaína. Otro paso decisivo se produjo con la síntesis de los principios activos, que fue anterior a la química en su acepción moderna. La obra de Paracelso es por lo tanto fundamental en la historia de la herboristería, habiendo separado por vez primera ésta y la actual farmacología, distinción que todavía hoy tiene validez.

Afortunadamente se está volviendo a una concepción bioquímica que renueva cierto interés por la fitoterapia. Ésta, lejos de quedar abandonada, goza otra vez del favor popular y se redescubre el uso de la planta como un todo, lo que a menudo resulta más eficaz que la ingestión de un único compuesto. Efectivamente, es una opinión bastante compartida por los expertos que los restantes compuestos, unidos al principio activo principal, no son inútiles sino que toman parte activa en la acción catalítica, excitante o inhibidora. El uso de la planta completa deriva además de la imposibilidad de reproducir por vía sintética la totalidad de los compuestos elaborados, así como del hecho experimental de que la acción curativa suave y segura se debe a la baja concentración de los compuestos presentes, reforzando con ello el concepto de medicina homeopática del que se tratará más adelante.

Ejemplo de farmacopea escrita en latín, que contiene algunas recetas, entre las que se encuentra la de la extracción del agua de la reina de Hungría, utilizada aún como base para la fabricación de perfumes.



Transformaciones de las plantas medicinales

Para alcanzar su acción medicinal, la planta requiere su manipulación y transformación a fin de obtener las sustancias que presentan acción específica. Las transformaciones destinadas a este fin forman parte de la rama de la farmacia denominada «galénica». Dada la gran cantidad de compuestos que forman los principios activos contenidos en cada simple, y dada la especificidad de cada uno de ellos sobre cada órgano, ha sido preciso elaborar metodologías diversas que permitan la extracción sencilla o múltiple en base al resultado que se desea obtener. Algunos tipos de transformaciones son especialmente complejas y escapan por ello al uso común familiar. Estos procesos más complejos quedan reservados en exclusiva al farmacéutico o a establecimientos especializados; en cambio, los restantes, por su simplicidad, se encuentran al alcance de cualquiera. Estas manipulaciones simples se reducen en general a cuatro: decocción, maceración, infusión y extracción de jugos. A pesar de que se trata de tranformaciones simples, no son menos eficaces que otros preparados que requieren procedimientos complejos para su obtención. A continuación se examinarán por separado los cuatro métodos citados, a fin de establecer con toda exactitud el procedimiento preciso en cada caso para extraer los principios activos y enumerar los casos en que el procedimiento debe aplicarse.

La *decocción* se aplica normalmente a algunas drogas que presentan principios activos de difícil extracción, por estar contenidos en las partes leñosas de la planta, o bien que requieren un calor prolongado a fin de lograr su paso a la solución. Es necesario también hacer constar que nos limitaremos a la extracción acuosa, dejando de lado otras formas más complejas que requieren distintos solventes. La extracción por decocción tiene lugar al hacer hervir la planta o partes de la misma en agua durante un tiempo determinado y dejándola posteriormente macerar otro período antes de proceder a la filtración. Algunos autores aconsejan una maceración en agua fría previa a la ebullición, durante un tiempo que depende de la naturaleza de las drogas, a fin de conseguir un reblandecimiento de las partes coriáceas y alcanzar una extracción más fácil en el momento de la decocción. De ordinario, este procedimiento sólo se sigue para algunas plantas concretas que presentan un alto contenido mucilaginoso. La decocción, como puede fácilmente comprenderse, constituye un método de transformación fuerte que puede modificar algunos compuestos de la planta. Ello debe tenerse presente a fin de comprobar si, junto al principio activo que se desea extraer, se obtienen otros de acción contraria, debido a las transformaciones causadas por el calor.

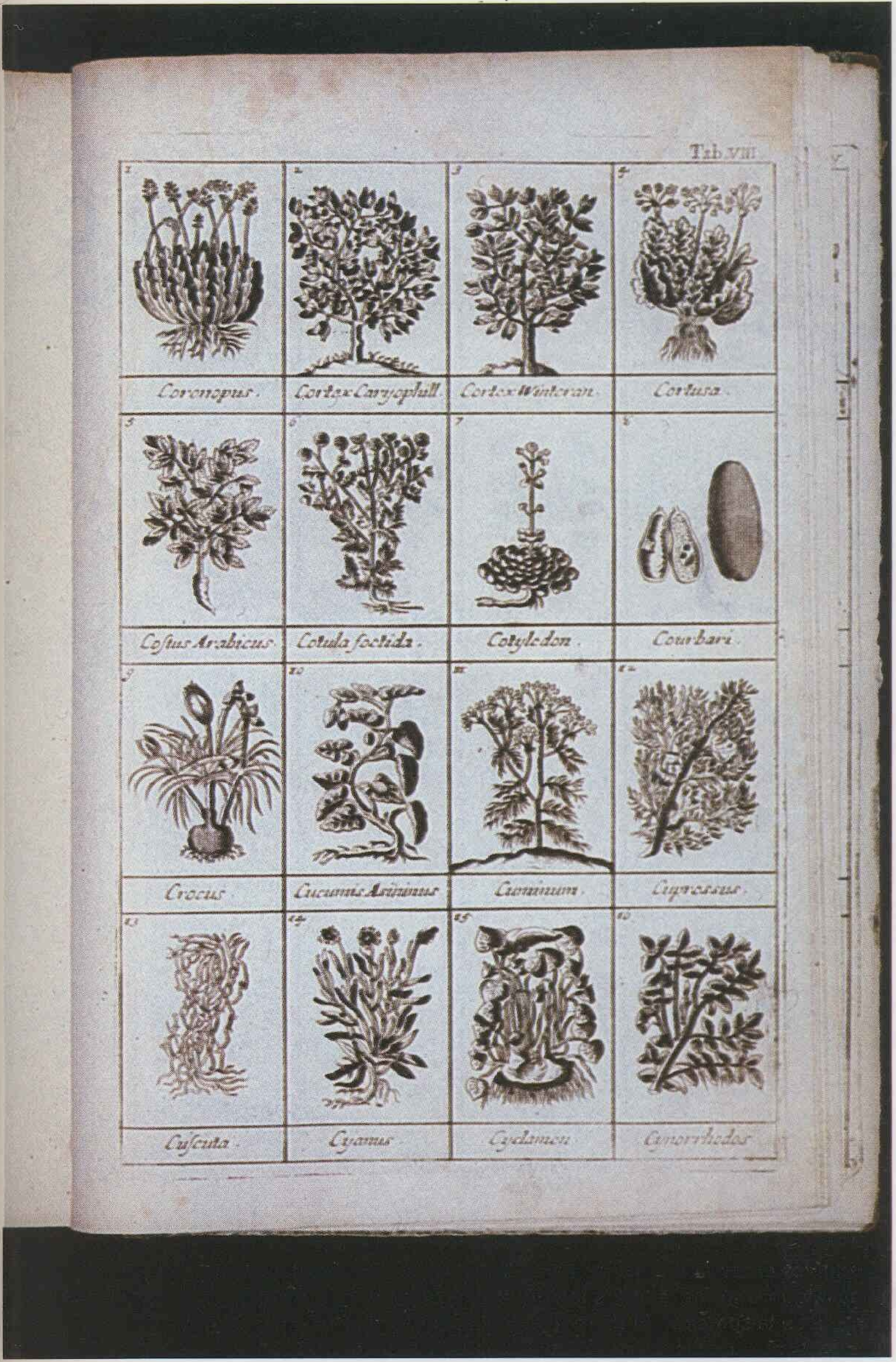
La ebullición que alcanza el agua implica en la mayoría de los casos la pérdida de los principios activos volátiles, es decir, de aquellos que presentan un bajo punto de ebullición. De todo ello se desprende que la decocción obtenida no poseerá jamás todos los principios iniciales contenidos en la planta. La operación de filtrado es también muy importante, ya que debe retirar no sólo los restos coriáceos de la droga, sino también los mucílagos o depósitos de sustancias amorfas que quedan en la solución como consecuencia de la ebullición. Siempre debe dejarse decantar el líquido obtenido antes de su uso, y posteriormente se filtra mediante un papel o tela de malla muy fina.

El segundo método de extracción, la *infusión*, es claramente el más idóneo para obtener los principios activos cuando las partes de la droga empleada sean blandas y frágiles, como en el caso de hojas, yemas o flores. Es preferible, salvo en casos excepcionales, utilizar especias ligeramente desecadas que incrementan, por disminución del agua, la concentración de los compuestos principales. Este método permite, al contrario que la decocción, obtener una gran parte de los principios volátiles que de otro modo se pierden, y en cambio impide la extracción de los que requieren un grado de calor elevado y continuo. Esta diferencia inicial permite al experto conocedor de los compuestos contenidos en las plantas medicinales, distinguir el método más adecuado para obtener el o los principios activos deseados.

La infusión se logra vertiendo agua hirviendo sobre una cantidad determinada de especia. El recipiente, de cerámica o de vidrio (a fin de evitar la formación de tanatos de hierro, consecuente al uso de recipientes metálicos, dada la presencia casi constante de taninos en todas las plantas), debe taparse inmediatamente después de la adición del agua. De este modo se logra condensar vapores con abundante concentración de principios activos que se reincorporan a la infusión. Después de transcurrido el tiempo establecido para cada especie de planta medicinal, se procede sin más al filtrado antes de su uso.

El tercer método sencillo se conoce con el nombre de *maceración* y se utiliza en el caso de aquellas plantas medicinales cuyos principios activos son solubles en agua fría. Basta para ello sumergir el simple en agua fría durante algunas horas, y todos los principios que no son termolábiles se incorporan a la solución. El método es aplicable también a los mucílagos contenidos en plantas como la malva y la altea que, según algunos

Ejemplos de iconografía herborística, extraídos del volumen escrito por Nicolás Lemery, químico francés (Rouen, 1645-París, 1715).



Arriba, rizoma de la grama de las boticas (Agropyrum repens), *utilizado como diurético.*
Abajo, escamas de corteza de arraclán (Rhamnus frangula), *purgante antraquinónico de gran calidad.*

Arriba, pétalos desecados de amapola (Papaver rhoeas), *óptimo en las bronquitis infantiles, solo o asociado con otras plantas pectorales.*
Abajo, pétalos de aciano (Centaurea cyanus), *cuyo uso fitoterápico está dirigido a la curación de las enfermedades oculares.*

Maná, jugo solidificado del ébano falso (Laburnum anagyroides), *típico purgante suave para los niños, de sabor dulce. La planta prefiere para desarrollarse en el clima mediterráneo.*

autores, se obtienen con mejor rendimiento mediante una maceración en frío que a través de una infusión.

El cuarto método simple es la *extracción de los jugos*. En este caso la especia debe ser necesariamente fresca y con abundante contenido acuoso. El jugo, extraído mediante diversos procedimientos, contiene las sales minerales y las vitaminas que la planta posee, y las restantes sustancias que pueden obtenerse mediante presión. No obstante, tampoco en este caso el jugo podrá contener la totalidad de los principios activos de la planta, pero la operación de exprimir en frío no modifica la estructura de los compuestos, y en cambio se sabe puede variar con el calor. En la práctica familiar, los jugos pueden obtenerse mediante un escaldamiento veloz de la especia fresca y la inmediata presión ejercida sobre ella con aparatos adecuados, como pequeñas prensas. Todavía más aconsejable es el uso de los modernos exprimidores, que permiten una recuperación casi total del jugo contenido.

Para las cuatro metodologías descritas existe una limitación temporal, lo que hace que estos procedimientos puedan definirse como de corto período. En efecto, la decocción, infusión, maceración y extracción del jugo contienen una serie de compuestos biológicos que, inmediatamente después de su obtención, experimentan procesos de oxidación y fermentación que cambian la naturaleza de las sustancias medicinales, haciendo que a menudo adquieran aspecto repugnante y sean nocivas. A fin de obviar este inconveniente puede acudirse a la adición de sustancias conservantes que, sin embargo, malograrán el propósito de no someter las plantas a elaboración. Sin embargo, con sólo añadir azúcar o alcohol se consigue una conservación ligeramente más prolongada. En el caso de los jugos, su elaboración al vacío permite conservar inalteradas las propiedades y frescura de los compuestos, pero este procedimiento no puede llevarse a cabo en el ámbito familiar a causa de que requiere aparatos frecuentemente costosos.

El tema de la conservación de los principios medicinales una vez extraídos constituye un problema de la máxima importancia, y a su solución dirige sus esfuerzos la técnica farmacéutica. La posibilidad de tener acceso a la utilización de los principios activos en cualquier momento y a las dosis requeridas, constituye la finalidad de las posteriores transformaciones. La dificultad en hallar drogas exóticas o raras, los tiempos balsámicos de recogida relativamente breves, han llevado a desarrollar y codificar procedimientos de extracción y conservación que en la actualidad son ampliamente usados. Algunos de estos productos se obtienen de los mismos jugos antes citados.

Estos preparados se denominan *extractos* y se dividen en blandos, secos y fluidos, o bien, según una clasificación que atiende al vehículo, en acuosos, hidroalcohólicos y etéreos. El extracto, en su definición más estricta, consiste en la concentración de todas las sustancias y sales que estaban diluidas en el jugo obtenido. Para lograr esta concentración se acude a dos procedimientos fundamentales: el primero se basa en la congelación y el segundo en la evaporación, este último el método más practicado. Consiste en hacer evaporar mediante un ligero calor, y en una cápsula de porcelana, la parte acuosa del jugo, obteniendo con ello directamente el extracto. Está claro que según sea la duración del proceso de evaporación, pueden obtenerse diversos niveles de concentración del jugo. Con ello se dispone de una gama de concentraciones que va desde aquellas que todavía conservan un alto contenido en agua a otras en las que el agua está ausente. El extracto obtenido de estos dos extremos se denomina, respectivamente, blando y seco. Los extractos blandos poseen la consistencia de la miel: son semifluidos; en cambio, los secos son a menudo compuestos de masa sólida que pueden reducirse a polvo. Un ejemplo clásico de extracto sólido es el aloe, que se presenta en forma de masa sólida de color negrísimo, casi vitrificada, aunque desmenuzable, fácilmente reducible a polvo, o bien las más conocidas barras de regaliz.

Para la obtención de los extractos, no siempre se utiliza el vehículo acuoso del propio jugo. Muchas veces, a fin de facilitar la concentración mediante la evaporación, se usa una solución de agua y alcohol en proporción perfectamente definida, o bien éter que a su vez se recupera en la destilación. Si se añaden estas sustancias al agua, pueden disolverse compuestos escasamente solubles en agua, y que en cambio presentan una gran solubilidad en los dos líquidos citados.

Los extractos en cuya obtención interviene el éter se denominan etéreos, y aquellos en los que interviene el alcohol, hidroalcohólicos. Sin duda el más importante de todos es el extracto fluido que ha sido formulado y admitido en la práctica farmacéutica hasta tiempos relativamente recientes. En relación a los otros extractos citados, goza de una propiedad que lo hace extraordinariamente útil: cada gramo de extracto fluido corresponde a un gramo de especia. En otras palabras, todos los principios activos contenidos en una cantidad determinada de vegetal de partida están presentes en la misma cantidad en el extracto fluido obtenido. Mediante el extracto fluido se puede disponer en todo momento de cualquier droga (con la ventaja de que el extracto fluido no se deteriora en poco tiempo y no es modificable por agentes externos o lo es de forma muy lenta) y también presenta una pureza y titulación perfectamente definidas, impensables en el caso de las drogas en estado fresco. A través de estos extractos, que pueden administrarse puros o bien como base de otros compuestos medicinales, se podrá obtener una homogeneidad en relación al producto y su confección. La preparación, que varía en cantidad de una especie a otra, puede resumirse del siguiente modo: 100 partes de planta seca, finamente triturada, se dejan macerar en un alcohol de la graduación adecuada durante varias horas. Se recoge el alcohol y se vierte de nuevo recogiendo, al cabo de 24 horas, otra parte del mismo que se mantendrá como reserva en proporción específica, según sea el simple utilizado. Se añadirá de nuevo alcohol hasta el agotamiento de la planta. Se procederá a la destilación de este segundo líquido, recuperando el alcohol, y se evaporará el resto, hasta obtener un extracto que, mezclado con la reserva inicial, proporcione como peso final el inicial del simple. Según algunos autores, a fin de mejorar la acción solvente del alcohol, es conveniente la adición de algunas sustancias como ácidos inorgánicos u orgánicos, sales o amoníaco. Las diversas farmacopeas han adoptado una u otra de estas adiciones. El extracto fluido se mantiene inalterado largo tiempo si se conserva en botellas de cristal oscuro con el tapón esmerilado. De todo lo dicho resulta evidente la superioridad clara del extracto fluido en relación a los precedentes, y explica por qué actualmente se utiliza de modo indistinto en casi todos los países.

Cuando, para aplicaciones muy concretas, se desee obtener a partir de las especias sólo las sustancias solubles en alcohol, como alcaloides, principios amargos, ácidos orgánicos, sustancias colorantes, etc., se acudirá a otra preparación específica denominada por lo general *tintura alcohólica* o más propiamente *alcoholito.* Las tinturas, además de las razones antes expuestas, resultan idóneas por su facilidad de conservación debida al alto contenido en alcohol. El alcoholito se prepara mediante maceración, sumergiendo una cantidad determinada de plantas medicinales en alcohol de un grado adecuado durante un tiempo preestablecido y con un posterior filtrado, o por digestión, a través de un destilador provisto de refrigerante de bolitas, que hace caer el alcohol condensado al matraz en el que se encuentran las especias en digestión. Las tinturas son muy sensibles a la luz, razón por la que deben conservarse en recipientes de vidrio opaco. El alcohol de maceración pertenece a distintas graduaciones según sea la droga utilizada y la facilidad con la que ésta cede al alcohol sus propios principios, pero en general no suelen utilizarse alcoholes de un grado inferior a 60. A pesar de tratarse de preparaciones alcohólicas, carecen, al igual que los extractos fluidos, de una capacidad de conservación ilimitada. La luz y el aire actúan produciendo floculaciones y facilitando los procesos de fermentación acética.

El método de preparación anteriormente descrito apenas se usa a nivel farmacéutico, ya que se prefiere preparar las tinturas diluyendo en alcohol de un grado preestablecido una cantidad adecuada de extracto fluido de la droga elegida. En el caso de que a los alcoholitos descritos se añadiera una solución azucarada, las preparaciones adoptan el nombre de *elixir* o *ratafía.* Tales preparados, que constituyen verdaderos y auténticos licores, han sido prácticamente eliminados de la rutina farmacéutica. Sin embargo, resulta adecuado citarlos, ya que todavía se utilizan en algunas

Antiguo destilador de cobre del Museo de la Perfumería Fragonard, en Grasse (Costa Azul). Se distinguen fácilmente la caldera (a la derecha), la tapa y el refrigerante (a la izquierda).

A la izquierda, típicos vasos de cristal decorados a mano, conservados en la farmacia de la abadía de Trisulti, Italia.

preparaciones a nivel familiar, aunque de forma muy esporádica: así, es conocida la ratafía de cerezas.

Si el vehículo de maceración fuera, en cambio, una mezcla de alcohol y éter, se obtendría la denominada *tintura etérea* o, más científicamente, *eterolito*. Este tipo de preparación, antaño presente en numerosas variedades en todas las farmacopeas, apenas se utilizan hoy. La más conocida es la denominada tintura etérea de valeriana.

En el examen que estamos realizando de las preparaciones galénicas no puede olvidarse una que, a pesar de que ya no se utiliza en farmacia, ha sido revalorizada en la moderna fitoterapia, tanto por los resultados que permite obtener como por la facilidad de su preparación, hasta el punto de que puede prepararse a nivel doméstico. Esta preparación recibe el nombre de *enolito* o, más comúnmente, *vino medicinal*. El enolito, tan querido por Arnau de Vilanova, no es más que la maceración de drogas vegetales en vino puro, preferentemente blanco y mejor si es espirituoso. El grado alcohólico del vino es suficiente para obtener una extracción de los compuestos solubles, a condición de que las plantas medicinales se mantengan en maceración todo el tiempo necesario, según el tipo. Sin embargo, los enolitos quedan sometidos a fermentación acética y forman depósitos como cualquier otro vino. Por lo tanto, es importante mantenerlos alejados del aire, resguardados de la luz y preparados en reducidas cantidades.

Continuando el examen de los productos galénicos, nos detendremos ahora en los *alcoholatos* o *espíritus*. Son productos resultantes de la destilación de los alcoholitos. La diferencia entre alcoholatos y alcoholitos se basa en que los primeros, a través de la destilación, contienen sólo los principios volátiles de la droga y no los fijos, que en cambio sí se hallan en los alcoholitos. Se emplean habitualmente alcoholes con graduación entre 70° y 80°, después de la oportuna maceración. Se retiene sólo una parte determinada del destilado con la finalidad de no modificar las características por adición de sustancias poco volátiles, que permanecen en el matraz, como consecuencia de la concentración de la parte acuosa.

Como ejemplos de alcoholatos famosos que todavía se preparan y utilizan pueden citarse el agua espirituosa de melisa y el agua de la reina de Hungría o espíritu de romero. El primero se usa como digestivo antiespasmódico y el segundo como componente de determinados perfumes. Los alcoholatos resisten perfectamente largos períodos de conservación debido a su elevado contenido en alcohol.

Para conseguir una buena conservación de los productos una vez preparados no sólo se puede recurrir al alcohol, ya citado, sino al azúcar en elevadas concentraciones. Este segundo producto permite la preparación de soluciones azucaradas que contienen sustancias medicinales, denominadas comúnmente *jarabes*.

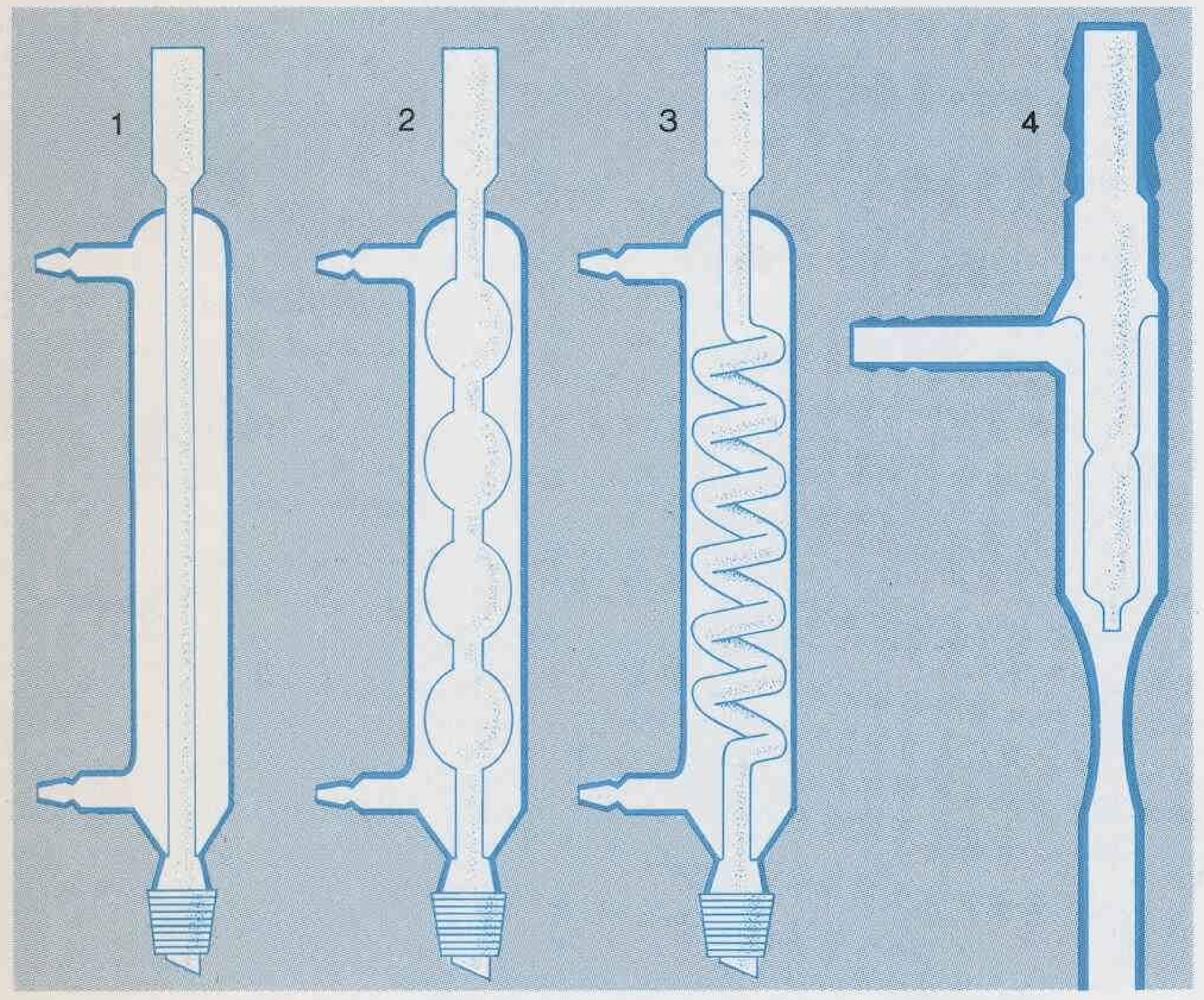
El jarabe posee también una segunda misión, cual es disimular el sabor desagradable de determinados medicamentos. El jarabe simple se prepara disolviendo en agua una proporción preestablecida de azúcar, manteniéndolo a fuego lento, revolviendo con frecuencia y haciendo evaporar el agua hasta lograr la concentración deseada que produce la típica densidad de los jarabes. A continuación se disuelven en este preparado las sustancias de naturaleza curativa que determinarán la denominación específica. En caso de que el líquido quedara turbio, puede procederse a una clarificación. La conservación de los jarabes debe hacerse en botellas con cierre hermético, que se mantendrán en sitio fresco y con escasa iluminación; no obstante, y a pesar de todas estas precauciones, el jarabe puede llegar a alterarse, en especial si las sustancias mezcladas son de naturaleza orgánica. En este caso, puede realizarse una segunda ebullición a fin de aumentar la densidad y, con ella, la capacidad de conservación.

El azúcar puede sustituirse por miel, ateniéndose a un procedimiento idéntico. Estas últimas preparaciones se denominan con mayor propiedad *melitos*. A esta categoría pertenece la miel rosada, melito a base de pétalos de rosa que todavía se prepara con el fin de administrársela a los niños.

A partir del momento en que la macrobiótica se ha impuesto como forma alternativa de alimentación, basada en el empleo de sustancias vegetales con el menor grado de elaboración posible y obtenidas en cultivos a lo que no se somete a ningún tipo de tratamiento (anticriptogámicos, insecticidas, etc.), se ha vuelto al uso de determinadas preparaciones, que por su fácil alterabilidad habían quedado abandonadas. Conviene referirse aquí de un modo concreto a los denominados *electuarios*. Se trata de la mezcla de pulpa de frutos con propiedades nutritivas o medicinales, con polvos, miel o jarabes. Algunas de estas sustancias se encuentran en los comercios, aunque debido a su alta proporción de sustancias orgánicas requieren conservantes. La macrobiótica utiliza algunas de estas sustancias en su doble función (nutritiva y medicinal).

Si la disolución de las sustancias medicinales no se lleva a cabo con los solventes comunes, sino con aceite, nos hallamos ante las preparaciones definidas genéricamente como *oleólico* o *aceite medicinal*. La preparación

Algunos ejemplos de refrigerantes: 1, refrigerante de Liebig; 2, a bolas, utilizado a menudo en el aparato de Soxhlet para obtener tinturas; 3, con serpentín, para líquidos de gran volatilidad; 4, bomba de vacío que funciona con agua según el principio del tubo de Venturi.

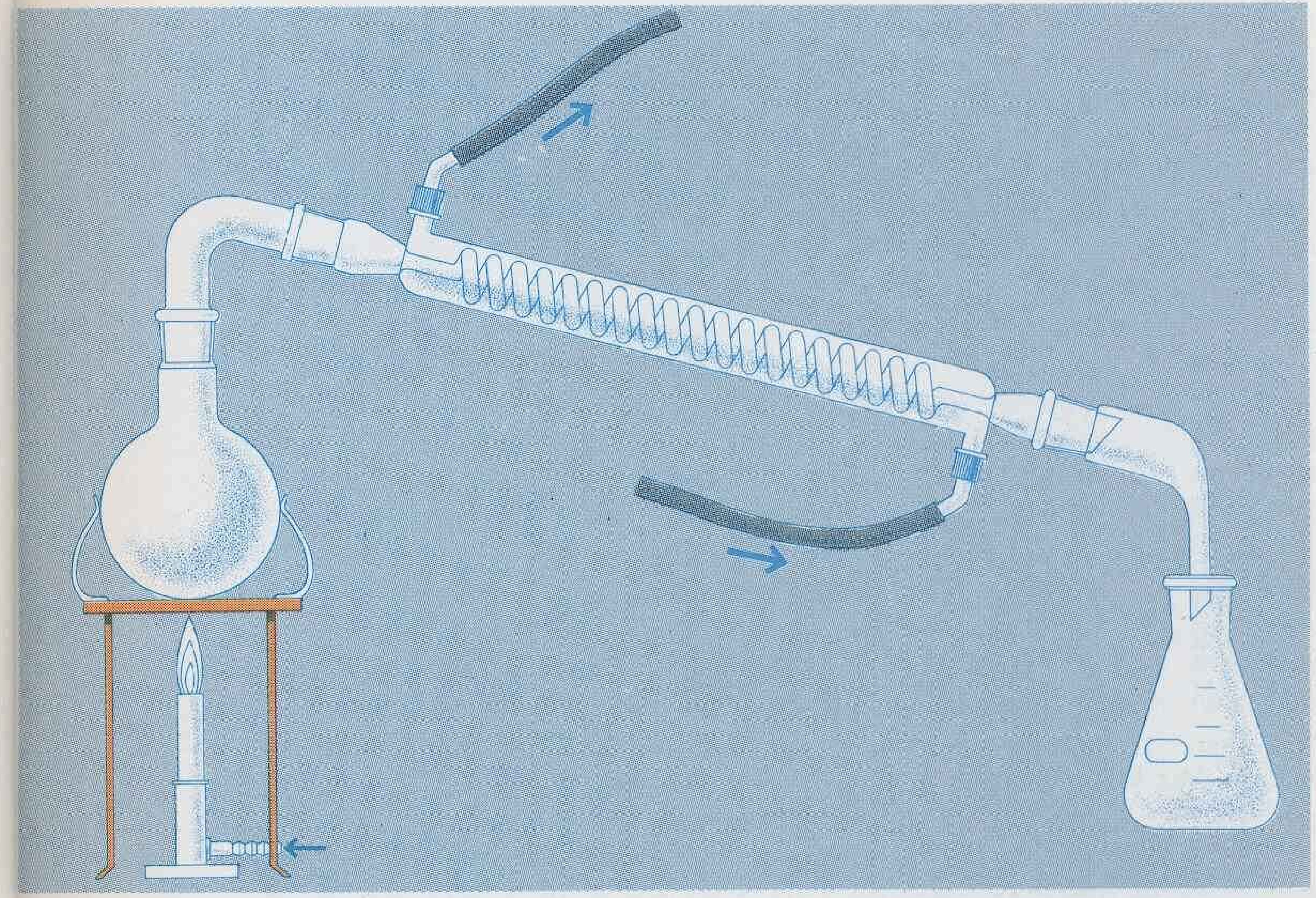


puede llevarse a cabo disolviendo en una cantidad concreta de aceite de oliva refinado una parte de extracto fluido aceitoso de la droga en cuestión, o bien haciendo hervir la propia droga en el aceite y procediendo posteriormente a su filtración. Estas preparaciones presentan la ventaja de ser útiles en todas aquellas afecciones, cual es el caso de las reumáticas, en las que se necesita un vehículo aceitoso que permita la aplicación de masajes locales.

Los *ungüentos*, afines a los oleólicos, consisten en preparaciones en las que el excipiente suele ser una grasa, como la manteca o la lanolina. La preparación puede realizarse por simple mezcla de polvos en la grasa o bien por fusión con sustancias medicinales y posterior solidificación. Todos los ungüentos son de uso externo. Antaño fueron muy renombrados y utilizados, pero hoy están casi completamente arrinconados. Se asemejan a las actuales pomadas, que sin embargo presentan diversos excipientes. De los ungüentos sólo resta el nombre en los botes de algunas antiguas boticas: ungüento populéo, ungüento egipcíaco, ungüento de la madre Tecla...

Expresamente se ha querido dejar la *destilación* en último lugar en esta revisión del panorama de las preparaciones, ya que reviste una importancia fundamental para la obtención de determinadas sustancias, definidas actualmente como aceites esenciales o esencias. Se utilizan no sólo como aromatizadores y componentes principales en los productos de perfumería, sino también como ayudantes medicamentosos en la moderna aromoterapia. Se intentará por lo tanto ilustrar, del modo más detallado

Destilación a fuego directo con refrigerante en serpentín, con objeto de prolongar el tiempo de exposición de los vapores y, con ello, favorecer la condensación (véase página 43).



posible, los varios procesos requeridos para la producción de los mencionados aceites.

Las esencias son sustancias complejas, frecuentemente olorosas, que a pesar de no tener naturaleza aceitosa, vuelven transparente el papel sobre el que se deposita una gota. Actualmente la química se encuentra en condiciones de reproducir numerosos aceites esenciales, y ello podría llevar a pensar en la inutilidad de la destilación para obtenerlos. En realidad, esta posición no es acertada. La planta no sólo elabora uno o varios compuestos reproducibles, sino un conjunto de sustancias a menudo desconocidas. Por otro lado, no es preciso ser un experto para valorar la diferencia existente entre las esencias olorosas naturales y las sintéticas.

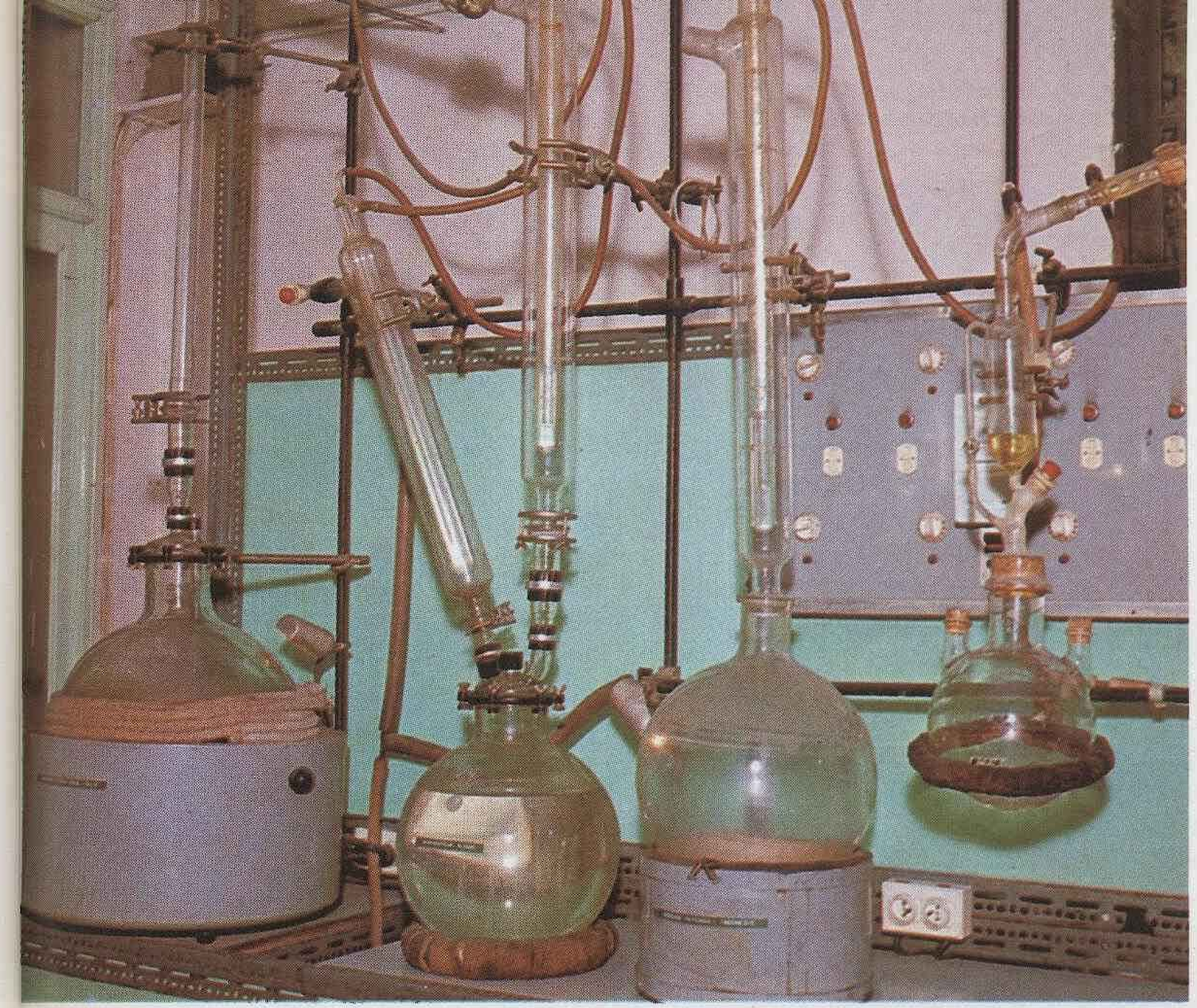
La diferenciación es clara: el perfume de las primeras es manifiestamente más suave. Conviene además recordar que para lograr la reproducción sintética de algunos compuestos, la propia química necesita de materias primas naturales. Este es, por ejemplo, el caso de la esencia de trementina, producto natural de la destilación que proporciona el pineno para la síntesis de la terpina. Todavía hoy es objeto de investigación por qué la planta elabora los aceites esenciales. Se han establecido numerosas hipótesis y algunas presentan cierta verosimilitud; en cualquier caso, puede afirmarse que las esencias sirven a la economía de la planta para la producción de los restantes productos. Algunos autores sostienen que se trata de elementos residuales todavía no eliminados, mientras que para otros suponen un medio efectivo de defensa frenre a una excesiva

En la página siguiente, destilador para perfumes en funcionamiento en la perfumería Fragonard, de Grasse. Se observan, en primer plano, los refrigerantes de tipo Liebig (véase página 36) y los balones que contienen las sutancias que van a destilarse.

insolación. Se observa que la gran mayoría de las especies alpinas son perfumadas. El perfume crea alrededor de la planta como un filtro para las radiaciones solares. Las esencias se alteran fácilmente: basta una modificación de la temperatura o de la humedad para permitir que los enzimas presentes desencadenen su acción. La cantidad de aceite contenida en las plantas esenciales varía, además, a lo largo de las diversas horas del día; por esta razón, los recolectores que conocen el tiempo balsámico de cada especie, saben cuándo deben recogerla para obtener el máximo rendimiento. La luz, por ejemplo, determina en algunos tipos de planta una disminución mientras que en otras supone una concentración de la esencia. La composición del terreno influirá asimismo para que el contenido sea mayor o menor. Una vez aclarados todos estos aspectos, no pasará inadvertido al lector que el mejor método para extraer la esencia será el que modifique lo menos posible las propias características de la esencia.

Este tipo de extracción se conoce con el nombre de «en frío», ya que no modifica la composición del aceite, pues en él no interviene el calor. Sin embargo, este método sólo es aplicable en algunos casos, especialmente con los representantes del grupo de los agrios, que poseen numerosas glándlas oleíferas. Con el método en frío los componentes presentes en los aceites sólo quedan modificados en muy pequeña medida. Ello permite la obtención de esencias de elevada pureza, utilizables incluso para uso interno. Las extracciones se realizan mediante *estrujadura* y *esfumado.* La primera se basa en el prensado de las cortezas dispuestas en unos contenedores especiales: las glándulas se rompen y permiten la recolección de la esencia junto con el agua y otras sustancias. Las esencias presentan por ello un aspecto turbio, aunque mantienen inalteradas las propiedades del perfume y de las sustancias, y en las sucesivas decantaciones será posible obtener su separación. Este método se utiliza actualmente sólo a nivel familiar, puesto que las manipulaciones industriales prefieren el método del esfumado. Éste implica la utilización de maquinaria con la que se raspa la superficie de los agrios mediante una serie de casquetes rodantes, provistos de pequeños garfios. Las glándulas se rompen con suavidad, y de ellas aflora la esencia. Al tratarse de un procedimiento rápido y carecer los agrios de uniformidad de tamaño, se pierde considerable cantidad de sustancia, que sin embargo queda compensada por la gran velocidad de trabajo.

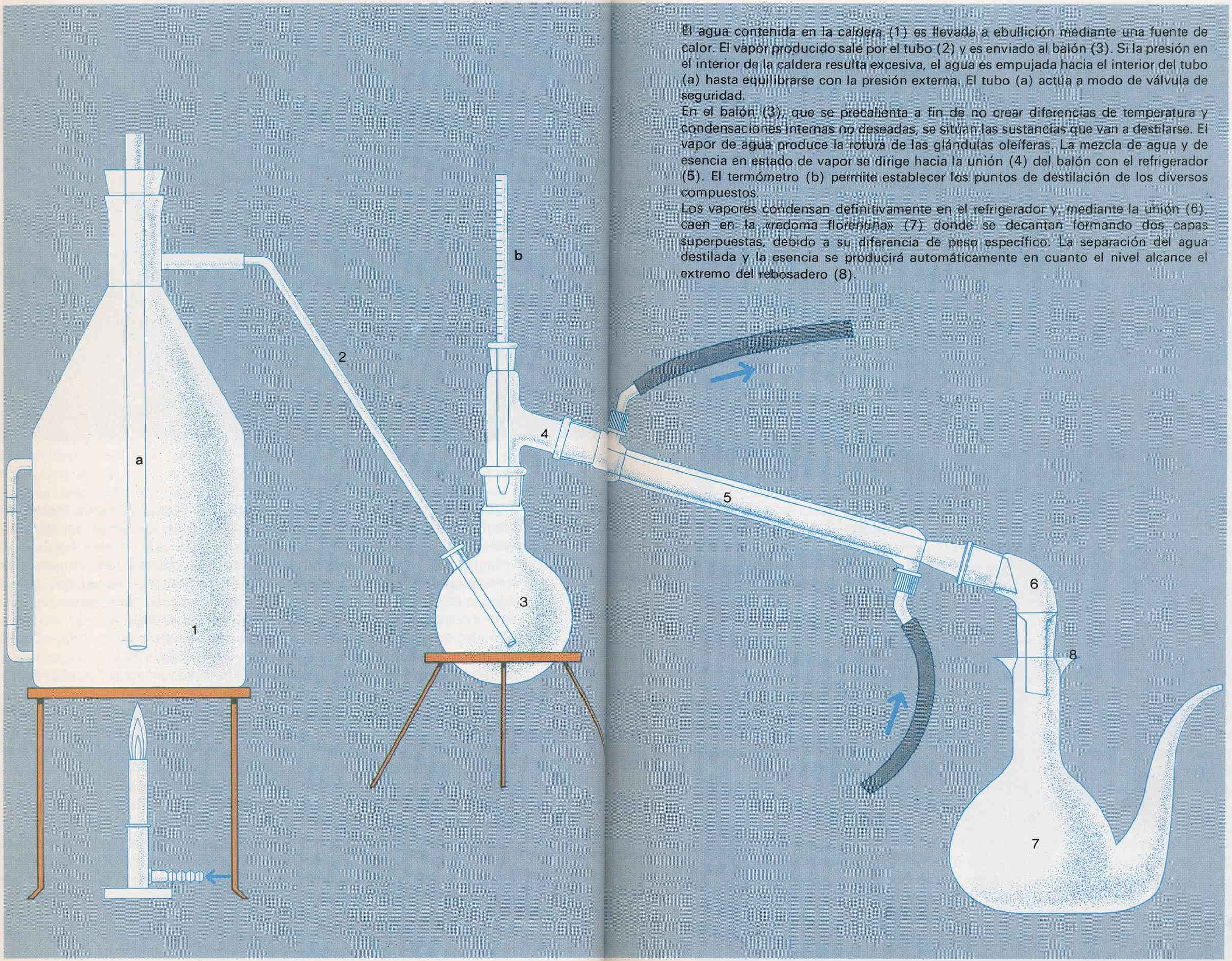
Los aceites esenciales son solubles en una serie de solventes que reciben el nombre de estables si no se vaporizan a la temperatura normal, y volátiles en caso contrario. Como solventes estables pueden citarse a modo de ejemplo las grasas sólidas y líquidas (grasa de buey, manteca y aceite de oliva refinado). Estos solventes permiten la extracción de la esencia con el método denominado *florecimiento en caliente.* Las plantas esenciales se dejan macerar en recipientes de cobre en los que la sustancia grasa se lava a una temperatura aproximada a 40 °C. Se realizan varias cargas de plantas hasta alcanzar la saturación de la grasa. Posteriormente, se logra la separación de la esencia y la grasa con un buen rendimiento. En cambio, la extracción con solventes volátiles además de presentar dificultades claramente superiores en la recuperación del aceite esencial, posee la propiedad de extraer las esencias de plantas que presentan el principio aromático en concentraciones bajísimas. Los solventes volátiles que más suelen utilizarse son el benceno y el éter de petróleo, que logran



la solución no sólo de la esencia, sino de otros productos presentes, determinando con ello la necesidad de efectuar lboriosas operaciones posteriores, hasta obtener un producto puro. La primera fase de la extracción se realiza con la digestión de las flores en un aparato especial denominado digestor. La solución obtenida se destila después, con lo que se logra recuperar el solvente y separar la esencia llamada «concreta», que contiene trazas de materiales extraños. Para conseguir su depuración se trata con alcohol puro, que se apodera de la esencia dejando numerosas impurezas insolubles. El alcohol, a su vez, se lleva a baja temperatura, lo que permite la concentración de las impurezas. Una vez llegados a este punto, el alcohol se denomina ya *extracto.* Sometido finalmente al proceso de destilación, proporciona una esencia con un elevado grado de pureza.

El último método que comentaremos, reputado como el mejor por numerosos autores, ya que no modifica el perfume ni las características del aceite, es el denominado *florecimiento en frío.* El proceso se basa en la propiedad que presentan determinadas sustancias de condensar, en su capa más superficial, los aceites esenciales. Se trata de grasas purificadas con las que se cubre la superficie de láminas de vidrio. Las plantas objeto de manipulación se disponen sobre estas láminas y se colocan en recipientes apropiados. Al cabo de uno o dos días se retiran y se sustituyen por otras nuevas en un proceso reiterativo que puede durar varios meses, hasta lograr en cada caso la saturación de la grasa. Posteriormente, ésta es retirada de las láminas, y la esencia se recuperará mediante el sistema utilizado en el procedimiento con solventes volátiles.

Destilación en corriente de vapor. Este sistema, al destilar a temperaturas más bajas que la de ebullición del agua, permite la obtención de esencias escasamente modificadas (véase página 43).

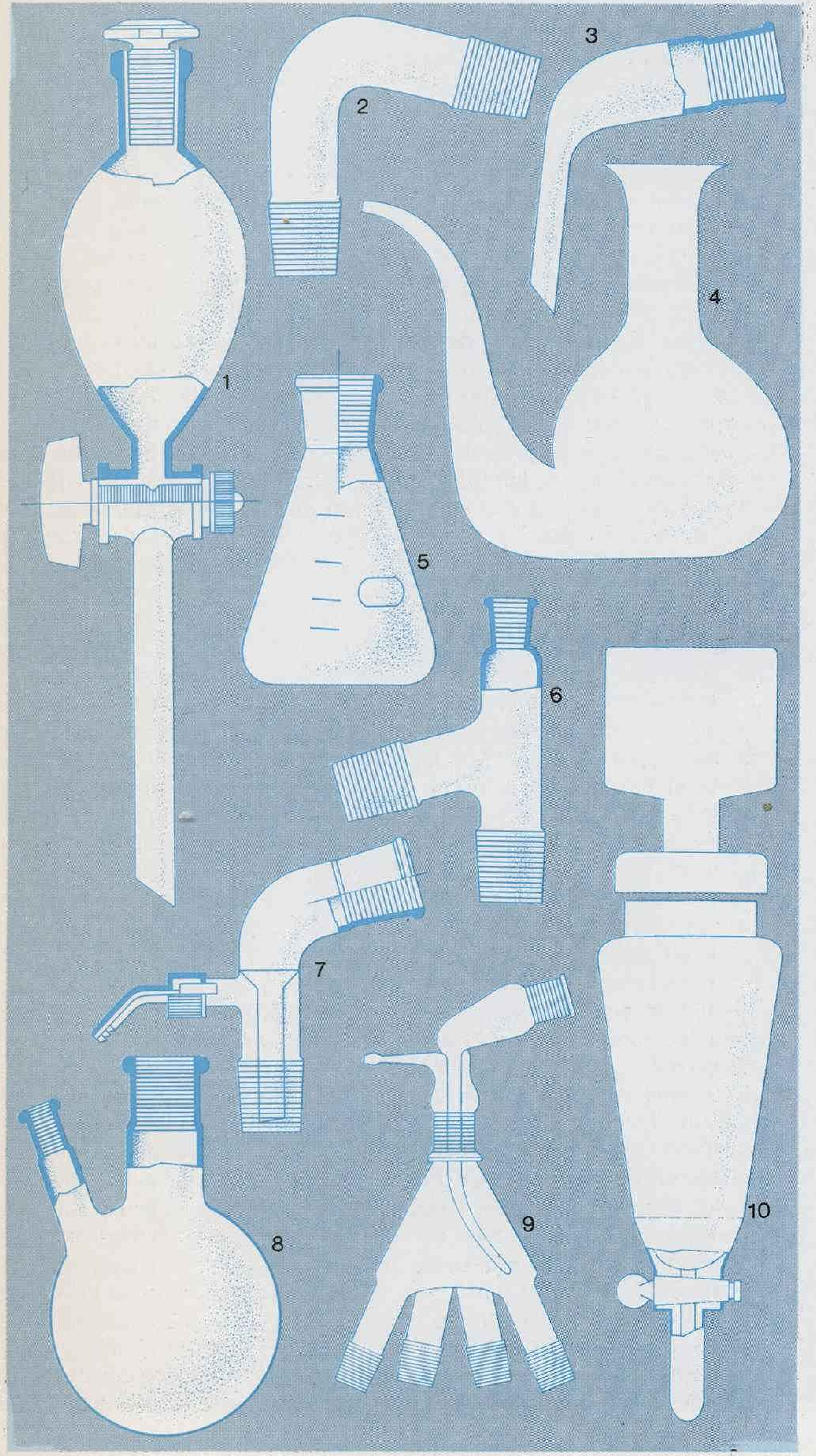


El agua contenida en la caldera (1) es llevada a ebullición mediante una fuente de calor. El vapor producido sale por el tubo (2) y es enviado al balón (3). Si la presión en el interior de la caldera resulta excesiva, el agua es empujada hacia el interior del tubo (a) hasta equilibrarse con la presión externa. El tubo (a) actúa a modo de válvula de seguridad.

En el balón (3), que se precalienta a fin de no crear diferencias de temperatura y condensaciones internas no deseadas, se sitúan las sustancias que van a destilarse. El vapor de agua produce la rotura de las glándulas oleíferas. La mezcla de agua y de esencia en estado de vapor se dirige hacia la unión (4) del balón con el refrigerador (5). El termómetro (b) permite establecer los puntos de destilación de los diversos compuestos.

Los vapores condensan definitivamente en el refrigerador y, mediante la unión (6), caen en la «redoma florentina» (7) donde se decantan formando dos capas superpuestas, debido a su diferencia de peso específico. La separación del agua destilada y la esencia se producirá automáticamente en cuanto el nivel alcance el extremo del rebosadero (8).

Ejemplos de distinto material de vidrio utilizado en química: 1, embudo separador; 2, unión entre balón y refrigerante; 3, unión para la salida del refrigerante; 4, redoma florentina; 5, matraz; 6, unión entre el balón y el refrigerante con orificio para la situación del termómetro; 7, unión entre el refrigerante y el matraz, con salida para la bomba de vacío en la destilación realizada a presión reducida; 8, balón con unión para una válvula, útil también en los casos de destilación a baja presión; 9, aparato de Pauly (denominado araña) usado en la destilación fraccionada; 10, percolador.



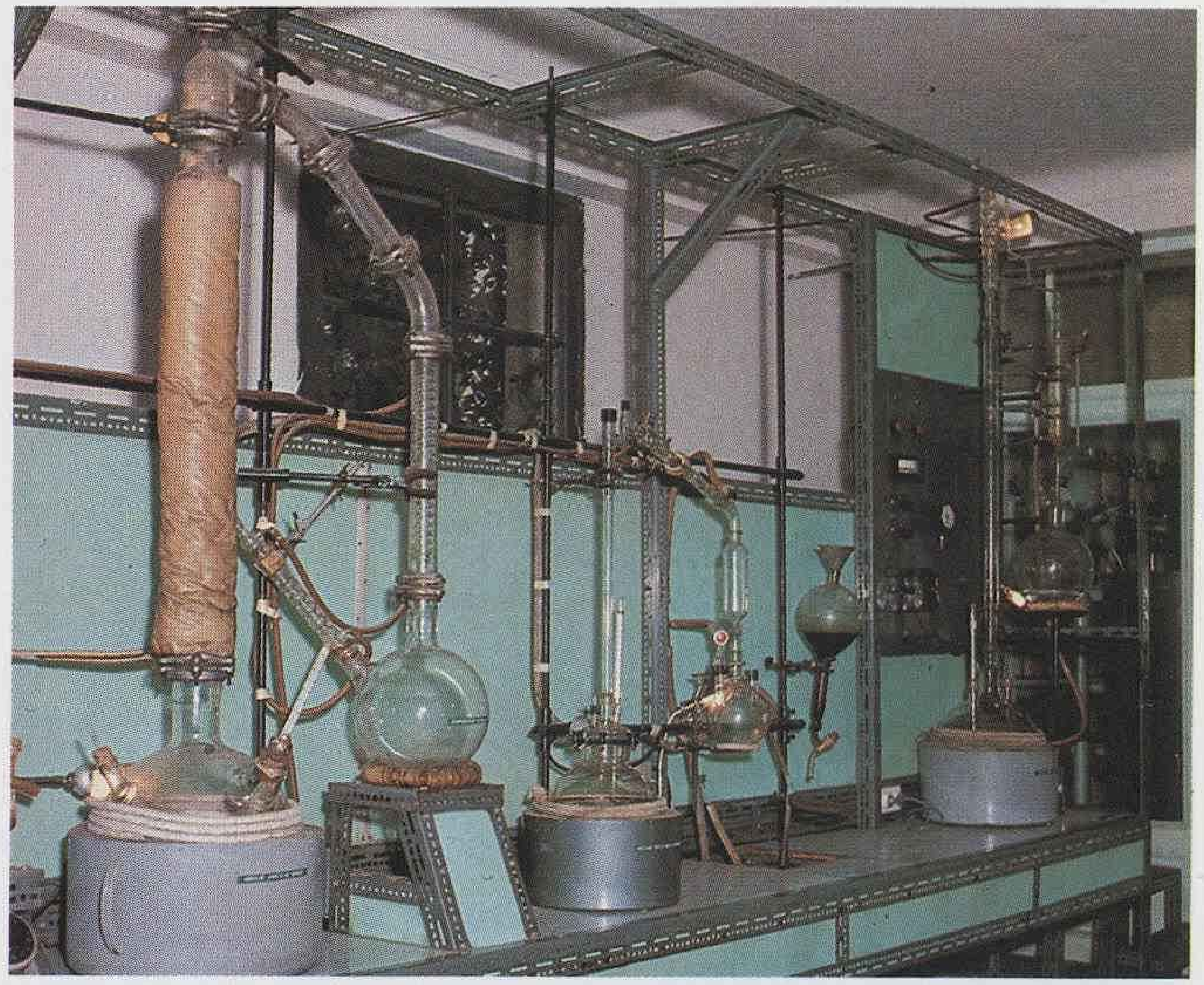
Las dificultades halladas para la obtención de los productos contenidos en las plantas esenciales hacen preferir los métodos descritos sólo para determinadas finalidades.

Normalmente, incluso en el caso de que el procedimiento pueda modificar la composición de las esencias a causa del calor, se utiliza la destilación, que puede dividirse en: destilación simple con fuego directo, destilación en corriente de vapor y destilaión en vacío. Durante el proceso de destilación, el calor desarrolla la doble función de actuar como activador de la rotura de las glándulas oleíferas y, desgraciadamente, también de modificador de la esencia. Aquí únicamente se tratará de la destilación que utiliza el agua como vehículo de transporte. El líquido destilado obtenido será una mezcla de agua condensada y de aceite esencial que se separarán entre sí en razón a su diferente peso específico. Las plantas sometidas a destilación deben ser frescas, recolectadas en época balsámica y conservadas adecuadamente (no amontonadas) a fin de evitar el desencadenamiento de los procesos de fermentación. El instrumento empleado para la destilación se denomina alambique, y procede de la palabra árabe *al-anbiq,* vaso, que contiene tres partes esenciales: la caldera, la tapa y el refrigerador. En la caldera se produce la evaporación del agua y la volatilización de los aceites esenciales; estos vapores son dirigidos a la tapa y de ésta al refrigerador, donde se recondensan rápidamente y caen en un recipiente recolector. La caldera suele ser de cobre, acero inoxidable o vidrio, si se trata de destiladores de laboratorio. Frecuentemente su forma es cilíndrica, y el fondo, al que se aplica directamente la llama, no está jamás en contacto con las plantas, que quedan dispuestas a un nivel superior mediante su adecuada distribución en una serie de cestillos. Parte del volumen situado entre el fondo y el primer cestillo está lleno de agua, lo que producirá el vapor necesario para el proceso. La tapa que cierra la caldera y sobre la que se inserta el tubo refrigerador permite la expansión de los vapores y su enfriamiento inicial. Su fijación a la caldera obliga a implantar un cierre hermético. El refrigerador es un tubo doblado en espiral cilíndrica, sumergido por completo en un recipiente que contiene agua fría corriente. Al entrar en contacto con las paredes frías del refrigerador, los vapores procedentes de la tapa condensan, caen por gravedad y se recogen en un recipiente denominado «redoma florentina», que permite la separación automática de la esencia y el agua acompañante. Cuando no se emplea este tipo de recipiente para la recogida, debe procederse necesariamente a operar mediante un embudo separador. La ebullición se alcanza cuando la tensión del agua iguala la presión atmosférica. Para lograr la ebullición, el fuego debe disponerse directamente bajo la caldera, y en este caso se tiene una destilación a fuego directo. En el laboratorio lo más usual es sustituir la caldera por un balón de vidrio, y el fuego no se aplica directamente sino a través de una red de amianto a fin de evitar las roturas. A fin de obtener una uniformidad en el calentamiento, se acude también al uso de arena o agua. El calor se difundirá sobre toda la superficie inferior del balón, a través de una cualquiera de estas dos sustancias, de modo uniforme. Siempre a nivel de laboratorio, los refrigeradores más comúnmente usados son los de Liebig o el serpentín (véase página 36) en el caso que se trate de líquidos con un bajo punto de ebullición. Si en lugar de generarse en el mismo recipiente anteriormente descrito, que contiene las hierbas, el vapor fuera producido en una caldera separada, se evitaría la cocción de las plantas esenciales que puede dar lugar a sustancias de mala calidad. Este segundo tipo de destilación se conoce con el nombre de «en corriente de vapor» y permite la destilación, a temperatura inferior a la de ebullición del agua, de líquidos con un punto de ebullición superior. Este procedimiento permite obtener esencias no muy modificadas, y por lo tanto debe preferirse al descrito anteriormente, dada la mayor pureza de los productos destilados. La destilación a una presión inferior a la atmosférica, obtenida mediante bombas de vacío, se denomina «destilación en presión reducida». Al disminuir la presión disminuye también el punto de ebullición, y por lo tanto se pueden destilar a una temperatura más baja, con lo que el producto obtenido estará menos modificado.

Una vez obtenidas las esencias no siempre se utilizan en su conjunto, sino que a menudo son divididas posteriormente en sus distintos componentes. Para lograrlo se aplica la denominada *destilación fraccionada,* que se basa en el principio, ya comentado, de la ebullición que se alcanza como consecuencia de la igualdad entre la presión atmosférica y la suma de las tensiones de vapor de los distintos componentes. Se actuará de tal forma que al principio la temperatura de destilación sea inferior a la del componente más volátil para luego incrementarla de manera paulatina. Ello significa que el componente más volátil será destilado por completo. Interviniendo sobre el grado de temperatura, se podrán obtener fracciones de esencias que permitan la descomposición en los diversos constituyentes, y además hacer su recolección de forma individualizada. Para realizar esta operación en el laboratorio se utiliza un recipiente especial denominado «aparato de Pauly». A nivel industrial este método resulta totalmente inadecuado, ya que es largo, laborioso y, sobre todo, discontinuo. Por razones económicas se emplean los llamados rectificadores, más prácticos, entre los cuales el más utilizado es el de Egrot, en el que los vapores esenciales son enfriados por una corriente de aire, que provoca la condensación con continuidad de sólo los constituyentes más volátiles, obteniendo de esta forma la separación respecto a los demás componentes.

Un producto secundario de la destilación es el agua destilada, muy utilizada, incluso en la actualidad, en la industria de perfumería. Se trata sólo de agua que contiene en disolución una pequeñísima cantidad de esencia que le proporciona el gusto y sus propiedades típicas. El agua destilada es de difícil conservación y se altera fácilmente como consecuencia de la actividad de los microorganismos. La única precaución para lograr mantener sus propiedades consiste en almacenarla en un lugar oscuro y en recipientes de vidrio opacos. Puede actuarse de un modo algo más complejo disolviendo un poco de esencia en agua; esto, sin embargo, priva al agua de los principios activos volátiles y de otros constituyentes típicos de la destilación. En la actualidad, el agua destilada se emplea mucho en la técnica fitoterápica por la facilidad de su obtención y porque puede conseguirse de buena calidad. Su acción medicinal, dada la baja concentración de principios activos que contiene, se explica de acuerdo con los principios de la medicina homeopática.

Ejemplo de aparato usado para obtener esencias llamadas «absolutas», es decir, carentes de terpenos, sustancias de naturaleza hidrocarbonosa que se aplican en distintos sectores industriales.



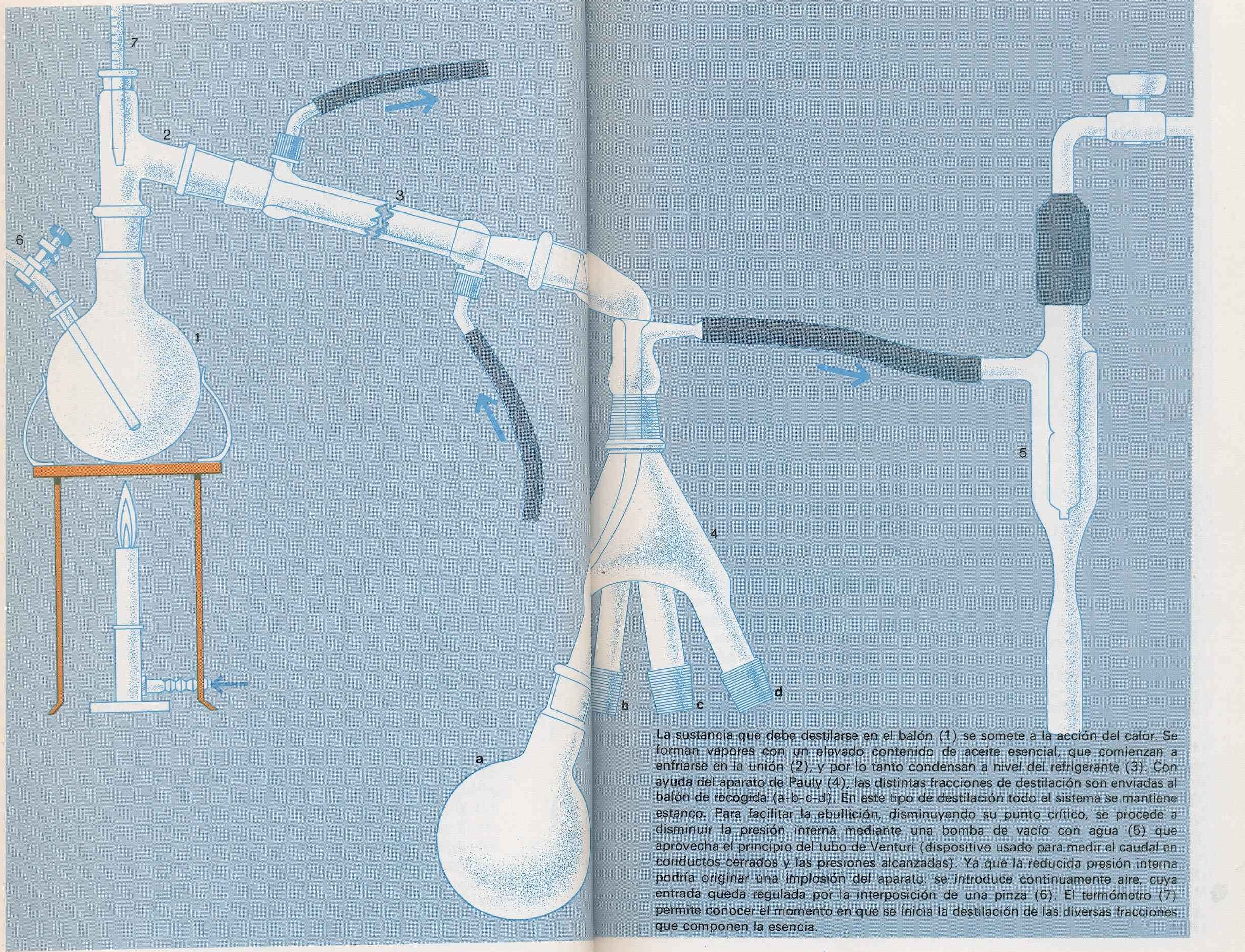
La homeopatía

A pesar de que sus principios se formularon hace aproximadamente dos siglos, la homeopatía posee unas raíces más lejanas en el tiempo. Se trata de un sistema terapéutico distinto, particular y ciertamente revolucionario. El término se utilizó por vez primera en 1810 y deriva de los vocablos griegos *hómoios,* parecido, y *páthos,* dolor. Puede traducirse, pues, por «parecido al dolor», si bien este mero enunciado no aclara cómo se cura una enfermedad mediante ella misma.

La homeopatía se funda en un aforismo hipocrático: los semejantes se curan con los semejantes. A pesar de nuestra habituación actual a nuevos descubrimientos en los más distintos campos científicos, todavía no estamos en condiciones de comprender la enorme importancia de las observaciones hipocráticas y de su afortunado redescubrimiento por el alemán Hahnemann.

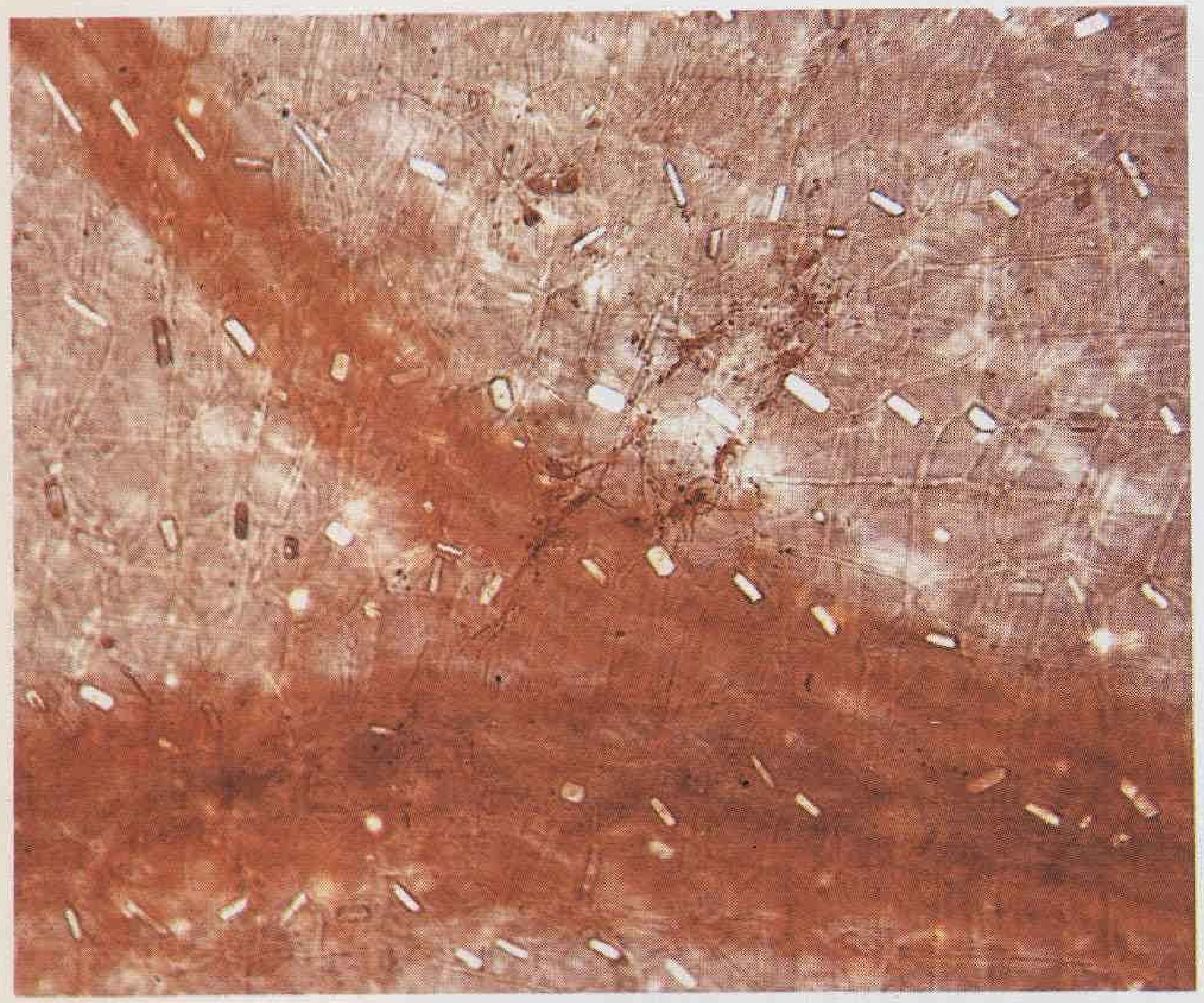
De acuerdo con el aforismo hipocrático, Hahnemann codificó los diagnósticos y los procedimientos homeopáticos que todavía se practican en la actualidad. A la edad de veinte años era ya médico, y al igual que todos sus colegas del siglo XVIII recetaba, además de las habituales sangrías, las preparaciones de la técnica farmacéutica de su tiempo. Sin embargo, su capacidad de observación le llevó a dudar de la real eficacia de estos métodos curativos, aplicados desde siglos atrás, advirtiendo que a menudo, aunque involuntariamente, los propios medicamentos prescritos hacían empeorar la enfermedad. Ello le llevó a criticar los usos comunes y a demostrar la falta de fundamento de la medicina de su época. En su texto fundamental, el *Organon,* se puede leer lo siguiente: «...El

Destilación fraccionada. Este sistema se usa para dividir las esencias en sus diversos componentes. Se basa en el principio de la ebullición, que tiene lugar cuando se igualan la presión atmosférica y la suma de las tensiones de vapor de los distintos componentes (véase página 53).



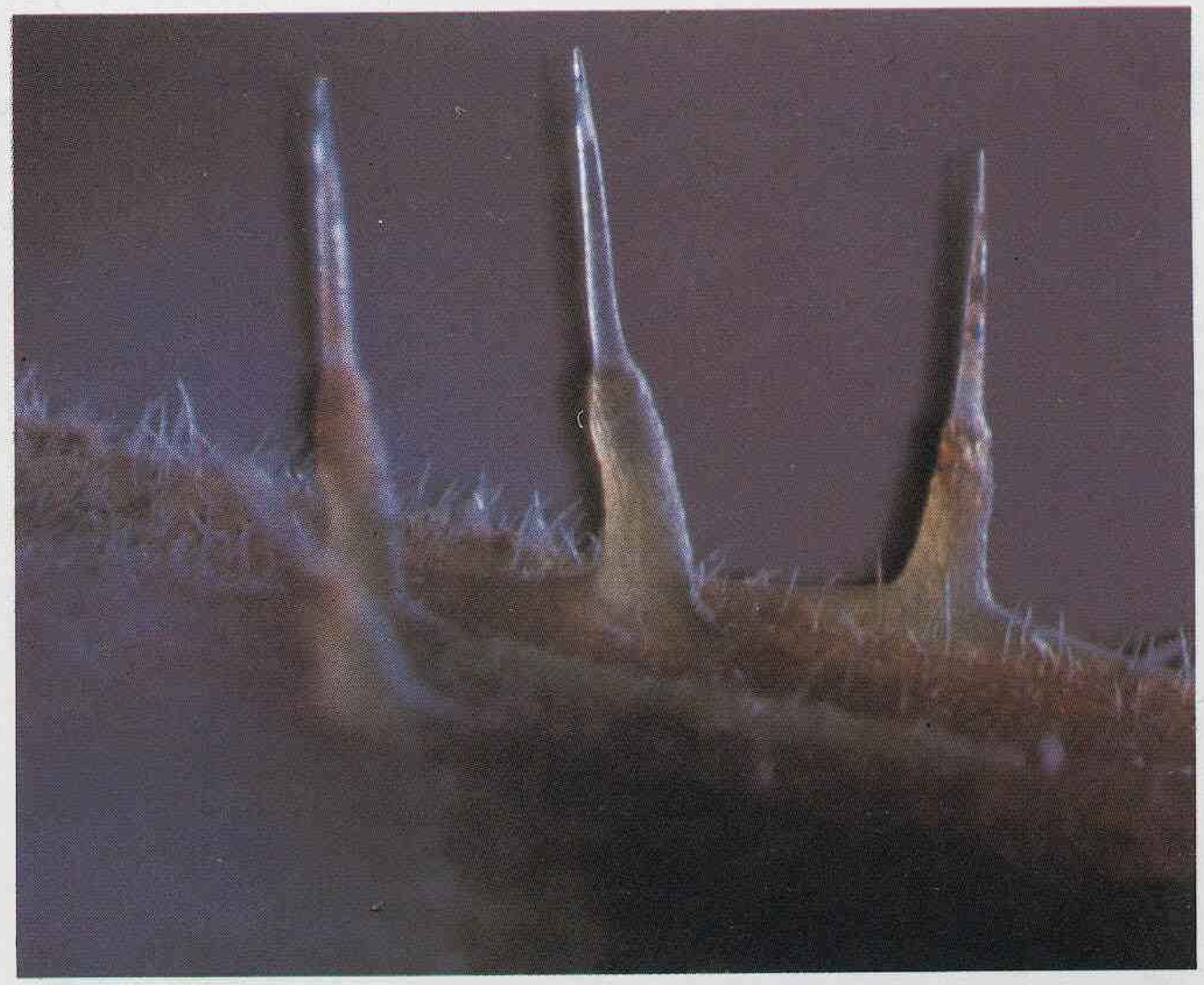
La sustancia que debe destilarse en el balón (1) se somete a la acción del calor. Se forman vapores con un elevado contenido de aceite esencial, que comienzan a enfriarse en la unión (2), y por lo tanto condensan a nivel del refrigerante (3). Con ayuda del aparato de Pauly (4), las distintas fracciones de destilación son enviadas al balón de recogida (a-b-c-d). En este tipo de destilación todo el sistema se mantiene estanco. Para facilitar la ebullición, disminuyendo su punto crítico, se procede a disminuir la presión interna mediante una bomba de vacío con agua (5) que aprovecha el principio del tubo de Venturi (dispositivo usado para medir el caudal en conductos cerrados y las presiones alcanzadas). Ya que la reducida presión interna podría originar una implosión del aparato, se introduce continuamente aire, cuya entrada queda regulada por la interposición de una pinza (6). El termómetro (7) permite conocer el momento en que se inicia la destilación de las diversas fracciones que componen la esencia.

Células de ajo (Allium sativum) *observadas al microscopio y en las que se distinguen diversos cristales. La esencia halla aplicación en la cocina, pero también en la industria farmacéutica, como base para preparados rubefacientes.*



método alopático [término inventado por el propio autor para contraponer el método de la escuela corriente al suyo propio, y que deriva de *állos,* distinto, y *páthos,* dolor: esto es, que las enfermedades se curan mediante una acción distinta a su propia naturaleza] consiste en prescribir medicamentos indicados para síntomas que no se hallan en relación directa con el estado morboso, y que no son semejantes ni contrarios, sino totalmente distintos a dichos síntomas. Este método, como ya he explicado, juega con la vida de los enfermos sobre la base de simples conjeturas, administrando dosis masivas de medicinas peligrosas de acción desconocida..., todo ello con el pretexto de que el médico debe imitar y favorecer a la naturaleza enferma en sus esfuerzos por devolver la salud... Los experimentos científicos y las investigaciones realizadas indican de forma convincente que los síntomas patológicos, lejos de ser eliminados y anulados por los síntomas contrarios, resurgen de modo más virulento y se agravan...». Descubrir la posibilidad de curar en forma natural y con medicinas simples se convirtió en la misión asumida por Hahnemann. La perseverancia en la investigación le llevó a leer un tratado de Cullen acerca de las propiedades de la quinina, y se extrañó del cambio de color que experimentaban quienes la utilizaban de modo habitual. Impelido por la curiosidad científica, repitió los experimentos consigo mismo, llegando de este modo a formular las bases de la homeopatía. Observó, en efecto, que dosis concentradas de quinina producían manifestaciones febriles semejantes a las de la malaria, mientras que se conocían perfectamente los efectos de la quinina para combatir dicha enfermedad. En relación con este punto, Hahnemann escribió: «... El

Aumento de los pelos de la ortiga (Urtica dioica). *Estos pelos contienen un líquido urticante que, por sus elevadas concentraciones de histamina, presta inapreciables servicios en la curación de distintas enfermedades.*



fármaco, al actuar sobre los hombres sanos, puede producir síntomas parecidos a los auténticos de la enfermedad tratada, y posee, si se utiliza en dosis suficientemente rebajadas, la facultad de truncar para siempre al conjunto de síntomas de la afección que se combate. Los medicamentos curan la enfermedad con síntomas semejantes a los provocados por la propia enfermedad...». Esto es lo que significa «el semejante cura al semejante». A partir de este postulado se desprenden los puntos más sobresalientes de la doctrina homeopática:

— determinación de la sintomatología que se crea en el hombre sano con el uso de distintas sustancias;

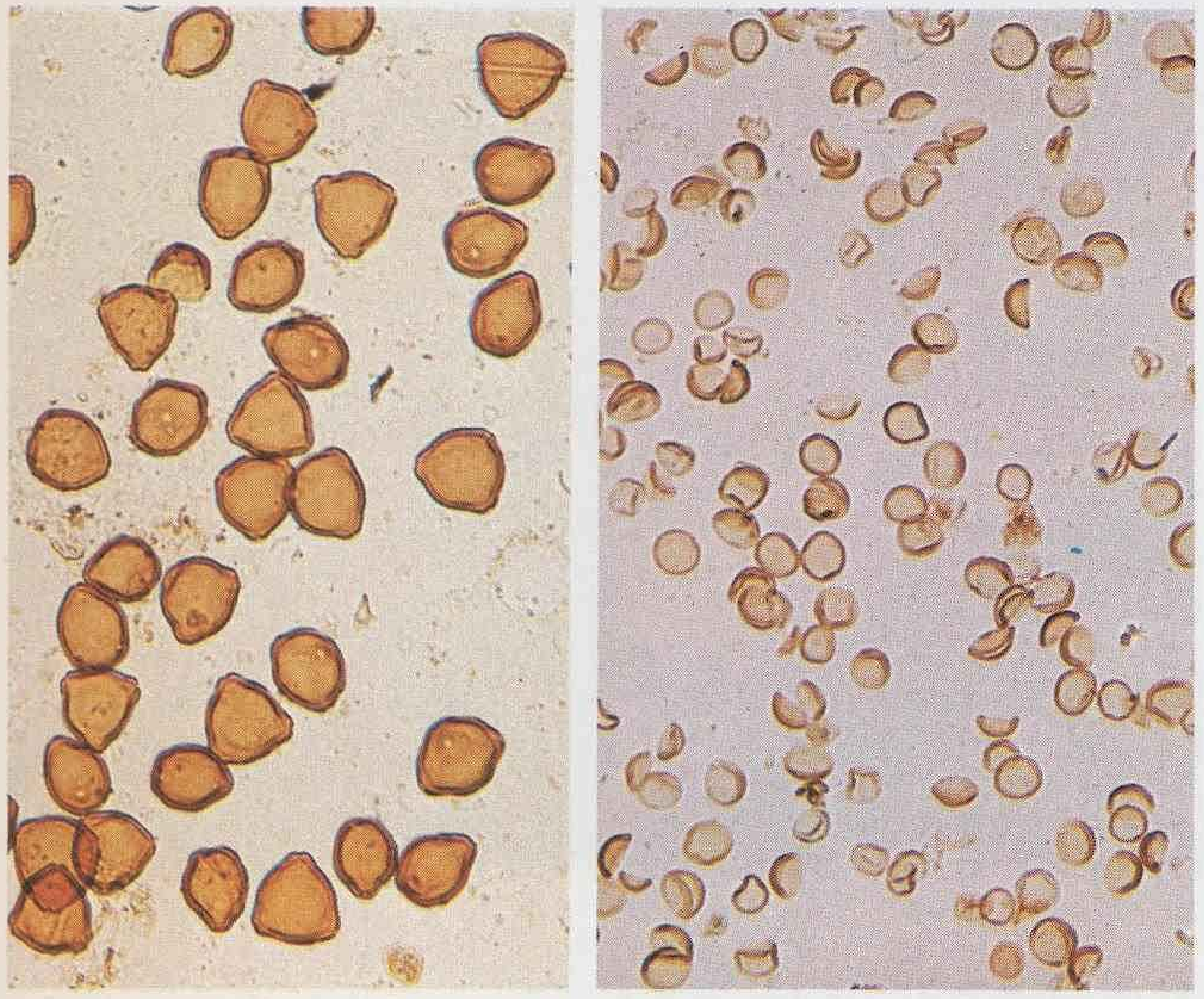
— comparación de estos síntomas con los referentes a las enfermedades conocidas;

— uso de las sustancias probadas, oportunamente tratadas, para la curación de una enfermedad concreta.

Siguiendo con la cita de los conceptos expresados en el texto básico, Hahnemann dice: «... No existe ningún otro método terapéutico verdaderamente eficaz distinto del basado en el principio de los semejantes. Esta terapia se enfoca a elegir de entre todos los medicamentos, cuya acción ya ha sido establecida por el hombre, el que muestra la facultad de producir la enfermedad artificial de síntomas más cercanos a los de la enfermedad natural que debe ser curada... Este medicamento debe poseer, además, la facultad real de destruir de modo radical y permanente la totalidad de los síntomas en el estadio morboso, al ser suministrado en dosis reducidas y en adecuado dinamismo...».

De este último fragmento se deduce no sólo la seguridad del autor en el

Pólenes de avellano (Coryolus avellana) *y de parietaria* (Parietaria officinalis) *observados al microscopio a 180 aumentos. Ambos tipos de polen son muy alérgicos y producen las molestas alergias primaverales.*



hallazgo de una vía nueva que él considera única para el tratamiento de todas las enfermedades, sino también un nuevo término: *dinamismo.* Es importante resaltar este término, ya que constituye el punto de apoyo esencial de toda la preparación homeopática.

El autor experimentó sobre individuos sanos variadísimas sustancias, tanto vegetales como animales y minerales, catalogó los distintos síntomas observados y preparó los primeros remedios, dando con ello forma al primer cuerpo homeopático. Establecida una determinada sustancia con acción específica sobre una enfermedad, el autor procedía a la dinamización. Partiendo de la tintura madre de la sustancia, el paso siguiente consistía en diluir una gota en 99 gotas de alcohol. Al cabo de una enérgica agitación, se disolvía de nuevo una gota de esta solución en otras 99 gotas de alcohol, y así sucesivamente hasta alcanzar el grado de dilución pretendido. Este método proporcionaba soluciones centesimales, pero también podían conseguirse preparaciones decimales o cincuentesimales con sólo variar el número de gotas de alcohol. Cada solución obtenida constituía un grado distinto de dinamismo de las dosis de producto.

Dinamismo no significa disolver o fraccionar al máximo el producto inicial sino obtener, diluyendo y agitando después, la liberación de la calidad y la potencia de la sustancia, separándola del aspecto cuantitativo. En la actualidad se sigue utilizando el mismo método para las prácticas homeopáticas, aunque se consideran también otros aspectos que eran totalmente desconocidos en la época de Hahnemann.

Si se piensa en la cantidad de polvo presente por lo general en un laboratorio (las esporas y hongos acompañantes), tenía lugar una contaminación del producto homeopático, con lo que el dinamismo producido era el resultado simultáneo del verdadero producto y del contaminante, con lo que se alcanzaba una acción distinta a la que se quería obtener, o bien una disminución neta en la eficacia del preparado. Estos peligros quedan obviados en nuestros días con la preparación de los productos en ambientes absolutamente estériles, mantenidos a un mismo grado de temperatura y de humedad, y utilizando tinturas extraídas de plantas medicinales cultivadas en suelos no contaminados ni tratados con abonos u otros productos químicos. Debido a estas precauciones, el producto muestra el máximo grado de pureza, proporcionando la convicción, tanto al médico como al enfermo, de que la acción curativa que se obtenga será exclusivamente la basada en el elemento inicial transformado.

En la práctica homeopática, el diagnóstico no se limita al estudio de las afecciones morbosas, sino también al estudio de la psiquis del enfermo, determinando una unidad que es típica y específica. La enfermedad tiene que dejar de considerarse algo ajeno a su portador, sino que el sujeto es el enfermo en su totalidad. El diagnóstico del médico homeópata supera el diagnóstico usual e implica, con preguntas que a menudo provocan la sonrisa del profano, al paciente en su aspecto psicofísico, De esta forma se obtiene un cuadro sintomatológico que permite prescribir el medicamento homeopático, adecuadamente dinamizado, productor en el individuo sano de la misma sintomatología reconocida durante la fase de diagnosis. Por ello, para una determinada afección sólo existe un medicamento válido, aunque se dispone de un número muy elevado de medicamentos idóneos caso por caso.

La homeopatía supone un avance cualitativo notable que no siempre es aceptado por la medicina alopática. Para mejor comprender todo lo dicho, conviene recoger una cita relacionada con el examen que el médico debe realizar: «... Para establecer la indicación terapéutica de cada enfermedad el médico deberá examinar los síntomas perceptibles y todas sus modalidades con precisión y minuciosidad... Deberá sobre todo evitar hacer prescripciones en serie. En efecto, no es posible obtener la auténtica curación sin tratar de forma rigurosa y personal cada caso particular. Esto recibe el nombre de individualización...». Por otro lado, debe atenderse escrupulosamente a los siguientes cuatro puntos: «... Ánimo sin prejuicios, perfecto funcionamiento de los órganos sensoriales, atención en la observación, escrupulosidad en el diagnóstico...».

La oposición de la medicina corriente a la homeopática, planteada a partir del momento de su descubrimiento, y que se ha perpetuado hasta la actualidad, debe buscarse en una serie de motivos muy concretos que pueden resumirse en los siguientes puntos: la proliferación de las escuelas homeopáticas y la alta dinamización de las preparaciones.

Después de la muerte de Hahnemann, y dada la novedad de la materia, se asistió a la multiplicación de las escuelas homeopáticas; cada una de ellas, en el empeño de dotar de un superior nivel científico a la materia o de adquirir nuevos conocimientos, se distanciaba en mayor o menor grado del método fundamental creado por el autor. Como consecuencia de este proceso, las escuelas se dividieron en «puras» y «no puras».

Los puristas se regían escrupulosamente por las reglas contenidas en el

En la página siguiente, magnífica plantación de lavanda (Lavandula officinalis), *para la extracción de la esencia usada en perfumería. El cultivo de plantas esenciales permite un uso más racional de los suelos no aptos para otro tipo de cultivos.*

Organon, donde Hahnemann había descrito cómo un solo medicamento puede vencer cada enfermedad. Se emplea una única sustancia en distintos dinamismos, de acuerdo con los diversos grados de la enfermedad. En cambio, los no puristas usaban varios fármacos, unidos a menudo a una serie de remedios no homeopáticos.

Este comportamiento, además de crear una gran confusión, llevó a un descrédito del método. Este descrédito aumentaba a causa del segundo punto citado, el correspondiente a la dinamización del producto. A pesar de conocer ejemplos notables acerca de los efectos curativos del arándano, no se logró demostrar la acción medicamentosa de los productos homeopáticos altamente diluidos y dinamizados. Todavía en la actualidad la no expansión de la homeopatía o incluso su falta de reconocimiento, se debe a estas preparaciones. Está científicamente demostrado que si se realiza la formulación de las diversas dinamizaciones, de acuerdo con la metodología que ha sido anteriormente descrita, después de la novena dinamización centesimal, en el alcohol de preparación no persiste más que una molécula de la sustancia inicial. ¿Cómo puede concebirse la utilización, como propugnan algunas escuelas, de dinamizaciones incluso de millonésimas de centésima? Precisamente la escuela francesa y su farmacopea oficial reconocen como medicinales sólo las preparaciones que llegan a la novena dinamización centesinal, mientras que las restantes se consideran preparaciones magistrales extemporáneas. No obstante, la realidad demuestra que incluso a este nivel de dinamización se obtienen curaciones a menudo inesperadas. Los detractores de la homeopatía aducen que la causa debe buscarse en un «efecto placebo», es decir en la sugestión, sin que realmente del preparado surja ningún efecto. Pero lo cierto es que resulta difícil justificar un «efecto placebo» en individuos ignorantes de que se les estaba administrando medicinas, o incluso en animales.

Existe, por lo tanto, una esencia que permanece en la preparación y que escapa a los actuales análisis fisicoquímicos, aunque no pasa inadvertida por el organismo que la aprovecha para obtener la curación. Algunos teóricos piensan que ésta no se produce como consecuencia de interacciones químicas, sino de interacciones vibratorias típicas de los distintos órganos y de los diferentes productos.

Estas son, en suma, las razones que separan claramente la homoepatía de la alopatía.

En algunos países europeos la homeopatía está tomando carta de naturaleza como conocimiento a nivel popular y de práctica médica. Las razones que explican este fenómeno pueden ser muy variadas, pero seguramente caen en el ámbito de la conciencia colectiva deseosa de retornar lo antes posible a una forma de curación natural, más conforme con el hombre. La inmensa mayoría de las preparaciones homeopáticas poseen una base vegetal y, aun en los casos en que derivan de plantas que contienen principios tóxicos, contribuyen en medida considerable a la curación de enfermedades, sin que su toxicidad sea preocupante dadas las bajas concentraciones suministradas. La homeopatía se está consagrando como una realidad innegable, y constituye, junto con la aromoterapia, la parte de la fitoterapia que más se está desarrollando y que se asienta sobre una base científica más sólida.

La aromoterapia

La aromoterapia, que puede considerarse como una disciplina especializada de la fitoterapia, es la rama que estudia la utilización de los aceites esenciales con finalidad curativa. En apartados anteriores ha habido ocasión de comentar las dificultades que presenta la extracción de las esencias, el elevado valor económico que adquieren y su uso en los más variados campos.

Hablar hoy día de esencias equivale en la práctica a hablar de perfumes; en cambio, frecuentemente se olvida la esencia como un principio activo medicinal. Definir la aromoterapia como un descubrimiento es cuando menos arriesgado; resulta más apropiado hablar de redescubrimiento. Se sabe que los antiguos usaron los aceites esenciales para los embalsamamientos, para modificar los estados de putrefacción o como conservantes de los alimentos. Todos estos ejemplos corroboran que tenían usos múltiples y no sólo en perfumería. Además, los testimonios hacen referencia a la característica casi fundamental de las esencias: su carácter antibacteriano. Es evidente que el uso interno o externo de los aceites esenciales obliga a obtenerlos con un grado de pureza que a menudo no se toma en cuenta cuando se trata de utilizarlos en perfumería. Por esta razón, los procedimientos que ya han sido comentados, a partir de plantas rigurosamente libres de cualquier tratamiento a base de productos químicos.

Las esencias pueden dividirse en tres categorías que incluyen la totalidad de los compuestos conocidos: *terpénicas, oxigenadas* y *sulfuradas.* Según el predominio de los propios compuestos, las distintas esencias quedan

Polen de salvia (Salvia officinalis), *labiada muy conocida tanto por sus aplicaciones culinarias como farmacéuticas. «¿Por qué muere el hombre al que le nace salvia en el huerto?», se preguntaba la escuela salernitana, para poner de manifiesto las innumerables propiedades medicinales de la planta.*

incluidas en alguna de estas tres categorías que justifican acciones específicas y distintas.

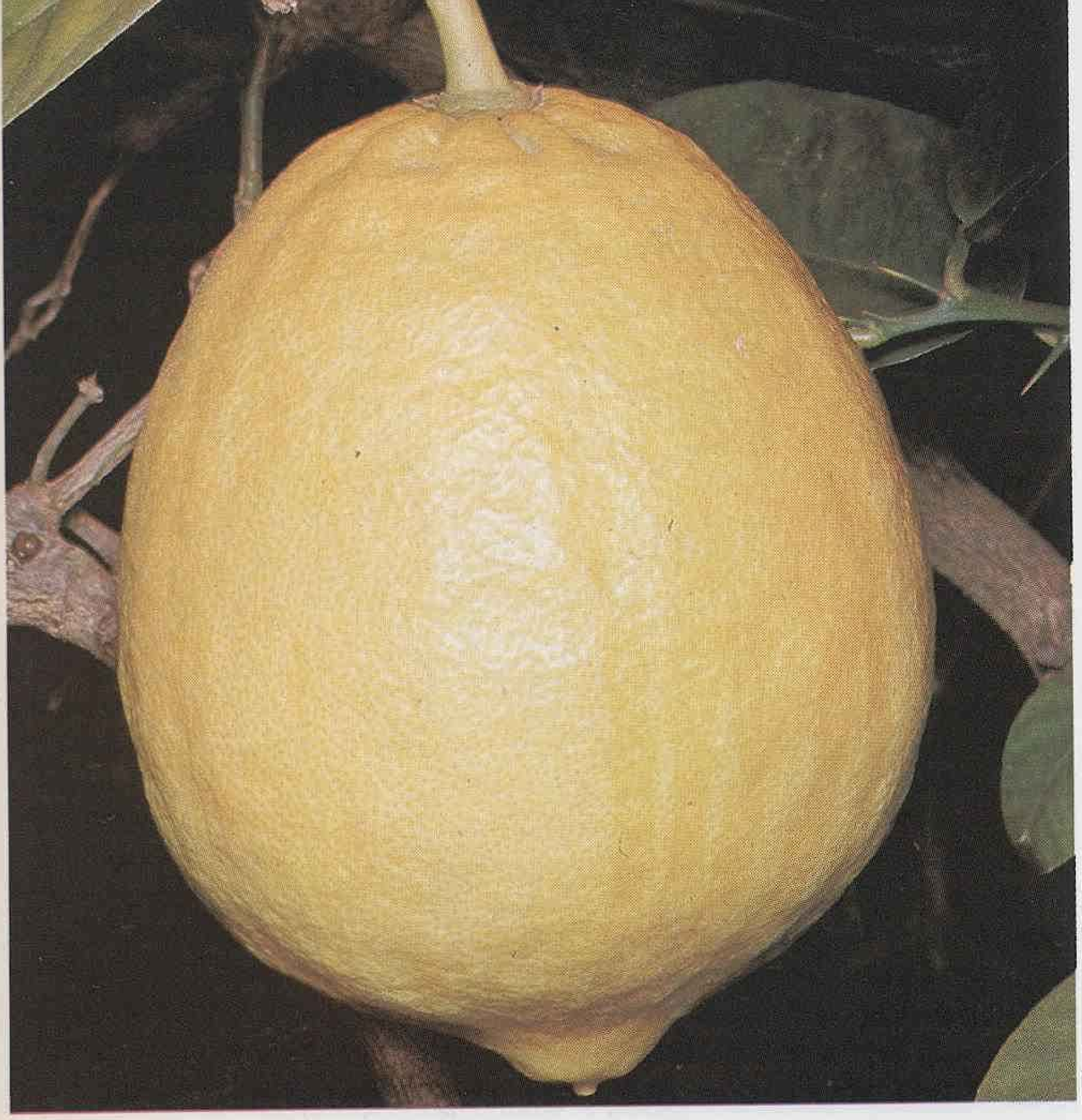
Ya desde la época de Paracelso se puso empeño en la búsqueda de la quintaesencia, el moderno principio activo, como el único elemento de toda la planta con capacidad curativa. Actualmente, después de una experimentación continuada en conejillos de Indias y en individuos, se ha podido comprobar cómo a menudo una fracción, la más importante, de la esencia total no explica el tipo de acción medicinal previsto para una determinada enfermedad. De esta conclusión se deduce la importancia de utilizar el aceite esencial en su conjunto, sin dividirlo en sus varios componentes, a fin de obtener una acción sinérgica más activa. Evidentemente, este razonamiento es aplicable en la mayoría de los casos tratados con aceites esenciales. Al individualizar cada uno de tales casos, puede ser más o menos necesario fraccionar las esencias a fin de utilizar con eficacia otros compuestos.

La acción antiséptica que, como se ha dicho, es la más eficaz de todas cuantas desarrollan las drogas aromáticas, no está todavía suficientemente explicada, y sin embargo los resultados que se obtienen son de la mayor importancia. Frente a cualquier acción agresiva de tipo bacteriano, en la actualidad oponemos la acción de antibióticos o bien otros fármacos de acción parecida. En general, el resultado conduce a detener la infección, pero con el consiguiente debilitamiento del organismo, que luego tendrá dificultades para restablecer su propia capacidad de defensa.

Con este tipo de tratamientos, además, se asiste a una falta de uniformidad de la acción a lo largo del tiempo, debido a que los gérmenes se hacen resistentes al empleo de dosis en continuo incremento. Aquí se plantea la necesidad de crear productos nuevos y más eficaces, a pesar de la acción secundaria de tipo negativo que presentan en relación a la totalidad del organismo. Las esencias, que han sido revalorizadas gracias a una serie de estudios muy recientes, desarrollan en cambio una actividad antibiótica específica sin influir de ningún modo en la funcionalidad orgánica con efectos secundarios. Estas características bastarían para decidirse por su uso, y existen pruebas irrefutables de laboratorio que avalan este planteamiento. A modo de ejemplo, puede citarse la esencia de tomillo, que posee un poder antiséptico superior al del agua oxigenada y al guayacol, por su contenido en timol. La solución acuosa de tomillo destruye en dos minutos al bacilo tífico, en cuatro minutos el estreptococo y en una hora el bacilo de la tuberculosis. La esencia de limón, por su parte, destruye en quince minutos el bacilo de la meningitis y en una hora el estafilococo y el neumococo. A este respecto, debe recordarse que antiguamente, durante las epidemias, se rociaba con esencias de romero, tomillo, salvia y otras plantas aromáticas, a fin de evitar el contagio. Estas prácticas reciben hoy en día una inequívoca confirmación. Se ha comprobado que una nebulización de una mezcla de esencias con un contenido fenólico alto, esteriliza fácilmente una habitación con abundantes bacilos. Estas prácticas resultan útiles en hospitales y quirófanos, puesto que consiguen una asepsia casi total.

Otra característica sumamente importante: el germen no se inmuniza frente a la acción de las esencias, cuyo poder permanece inalterado en el tiempo. Este hecho dibuja una clara diferencia entre los aceites esenciales

Jengibre (Zingiber officinale), *planta exótica utilizada en farmacia como carminativo. La droga se obtiene a partir del rizoma, aromático y de sabor picante.*



En la página anterior, el limón (Citrus lemonum), *que además de los usos por los que es universalmente conocido, proporciona una esencia de gran delicadeza, muy usada para la preparación del agua de colonia (véase página 38).*

y los antibióticos. Puede afirmarse que las esencias no actúan directamente sobre los microorganismos, pero modifican de manera desfavorable el medio en el que viven, lo que les hace desaparecer por falta de adecuación al entorno. Esta afirmación resulta innegable si se recuerda la curación de llagas y necrosis iniciales tratadas con soluciones esenciales.

Se sostiene que el perfume de las soluciones disimula el hedor de las llagas. Esto no es cierto; en realidad, las esencias lo suprimen al combinarse con los productos de deterioro, dando lugar a la formación de productos atóxicos. Además, es preciso tener en cuenta que se trata de soluciones adecuadas para su aplicación sobre las pieles inflamadas, al no influir de ningún modo los tejidos y favorecer a la vez una rápida curación. Múltiples pruebas en quemaduras simples y complejas han dado siempre resultados positivos.

Junto a esta capacidad y características que hacen las esencias adecuadas para el tratamiento completo de distintos tipos de infección, no puede ocultarse otro aspecto que falta en otros medicamentos destinados a ese fin: la velocidad de absorción. Esta velocidad puede medirse en diversas esencias, y no cabe considerarla una propiedad sin importancia en los casos en que la acción curativa debe ser lo más rápida posible.

Muchas mujeres tendrán experiencias personales de esta velocidad de absorción cuando, en sus prácticas de higiene personal, hayan observado reacciones alérgicas en toda o parte de la piel, o bien otros fenómenos ligados a la absorción de los aceites esenciales. Una comprobación muy simple puede llevarse a cabo extendiendo esencia de ajo por la planta del pie. Al cabo de pocos minutos el aliento presentará ya el típico sabor aliáceo. La esencia se absorbe rápidamente por ósmosis y penetra en el torrente circulatorio. Queda patente la importancia de esta característica cuando se deba actuar con rapidez y no sea posible una administración oral o parenteral del medicamento. Las esencias, independientemente de sus propiedades curativas, son un vehículo para otros elementos a través de la ósmosis. Además, las esencias no sólo poseen acción bactericida, sino que sus efectos desarrollan acción curativa con actividad diversa.

En función de estas actividades, las esencias pueden clasificarse en antiespasmódicas, estimulantes, cicatrizantes, antifermentativas y hormonales. En relación a estas últimas, es importante señalar cómo una serie de aplicaciones de las plantas según la tradición popular hallaron confirmación en los análisis cualitativos desarrollados con las esencias. Se ha podido comprobar que numerosas plantas producen sustancias análogas a las hormonas ováricas de la mujer, y por ello presentan una acción parecida. La salvia, el lúpulo, el sauce y el regaliz, plantas usadas normalmente para favorecer la llegada de la leche a los pechos o para modificar y estabilizar el flujo menstrual, han hallado confirmación en los resultados de las investigaciones científicas. Actualmente se piensa que numerosas plantas producen hormonas. De ahí la importancia en descubrirlas, clasificarlas y usarlas, pero siempre bajo control médico, sin recurrir a los preparados sintéticos, que suelen ser mal tolerados. A través de la práctica familiar se conoce el uso de antipútridos o antifermentativos a partir de numerosas plantas aromáticas como el hinojo, anís o coriandro, que proporcionan una ayuda considerable para combatir enfermedades como las gástricas o las colitis. La cita resulta necesariamente incompleta y la exposición debiera ser más larga, pero todo lo dicho hasta aquí ofrece una panorámica de las innegables posibilidades ofrecidas por el uso de los acietes esenciales. ¿Dónde reside el poder curativo de las esencias? ¿Cómo es posible explicar su acción? Diversas teorías tratan de dar una respuesta satisfactoria a estas interrogantes, aunque ninguna presenta una certeza científica absoluta.

Una de las más importantes, la de Filatov, parte del principio de que cada tejido, antes de su muerte, intenta prolongar en lo posible su propia existencia, produciendo la síntesis de sustancias particulares llamadas bioestimulinas. Estas sustancias, en el estado actual de la farmacología, se obtienen a partir de la placenta femenina, que las produce en gran cantidad. Las bioestimulinas aplicadas a organismos enfermos, excitan las defensas orgánicas y favorecen la curación. Se piensa, consecuentemente, que la esencia, una vez separada por destilación de la planta que la ha producido, actúa también como estimulina y desarrolla la acción curativa citada. A esta misma conclusión se llega por una comparación olfativa. Difícilmente el perfume que puede apreciarse en una planta viva corresponde al de la esencia una vez extraída. Por lo tanto, ha sido preciso un cambio durante la extracción, lo que confirmaría la teoría anteriormente expuesta.

Otra posible explicación puede basarse en la tasa vibratoria según los estudios de Lakhowsky. Según esta teoría, cada órgano presenta su propia longitud de onda. La enfermedad sería la consecuencia de una variación en la frecuencia de esta onda. La esencia lograría volver a modificar esta frecuencia, retornándola a la inicial, es decir, al estado de salud. Sin necesidad de proseguir con el examen de esta explicación, es seguro que el aceite esencial explica una acción veloz, efectiva e

En la página siguiente, árbol del alcanfor (Cinnamomum camphora), *del que se extrae esa sustancia, utilizada antiguamente como antitérmico. En la actualidad, en farmacia, el alcanfor natural sólo se usa en preparaciones antirreumáticas; como antitérmico se emplea el alcanfor sintético.*

innegable que lo reintegra a un primer plano en la farmacopea. El examen hecho por algunos investigadores acerca de la eficacia de los aceites esenciales obliga a una precisión complementaria. Numerosas esencias se utilizan en cosmética y perfumería, terrenos en los que la acción medicinal no se tiene apenas en cuenta. Una vez comprobado que estas acciones tienen lugar, cuanto más enérgicas e importantes sean, tanto más plantean la necesidad de revisar todas las preparaciones cosméticas que contienen aceites esenciales, ya que, junto a la acción principal, podría desencadenarse una acción secundaria interna, en algunos casos deletérea. De ahí la necesidad de proporcionar al especialista en cosmética una serie de conocimientos de aromoterapia que le permita adecuar el producto a su finalidad, y reconocer y excluir los efectos colaterales nocivos. No es menos importante el aspecto comercial y económico de los producción de estos aceites esenciales, actualmente en clara renovación, aun cuando se encuentra todavía por debajo de los patrones necesarios para un uso correcto y económico. Los países de la zona mediterránea que se esfuerzan en la producción de una serie de cultivos con excedentes de producto, podrían dedicar parte de sus terrenos al cultivo de plantas aromáticas, obteniendo con ello rendimientos cuantitativos y económicos notables. Como ya se ha dicho, sin embargo, se plantea la necesidad de disponer de laboratorios especializados en la producción, que proporcionen esencias con un elevado grado de pureza si se destinan a la curación del hombre. El renacimiento de la aromoterapia constituye un paso importante en la afirmación científica de la importante disciplina que es la fitoterapia.

APÉNDICE.

Notas sobre la morfología de las plantas

La importancia lograda por la moderna herboristería ha movido a numerosos agricultores a documentarse acerca del cultivo de las plantas medicinales, tanto para satisfacer la demanda del mercado como para hacer productivos terrenos incultos o inadecuados para otro tipo de cultivo. Sin embargo, debe puntualizarse que se observa la tendencia a adoptar unas prácticas características por diversos motivos. La obligación, casi imperativa, de no utilizar abonos químicos a fin de no modificar los componentes de la droga mediante la adición de sustancias extrañas, el miedo a las cosechas escasas y la novedad en el tipo de cultivo, asustaron a la mayoría y dieron lugar al fenómeno de la importación masiva procedente de países en los que buena parte de la agricultura descansa en este sector, gracias a la disponibilidad de la mano de obra y a las subvenciones.

En el caso de la flora medicinal, la técnica del cultivo exige también un conocimiento profundo de numerosas variables fundamentales que, sin embargo, no encuentran tratamiento salvo en algunas obras especializadas. Una de estas variables es la elección del suelo, que debe realizarse en función de las exigencias biológicas de cada planta, de forma que se encuentre en unas condiciones lo más próximas posible a las de su hábitat espontáneo. La temperatura, el grado de humedad y la elevación del terreno constituyen una serie de parámetros que deben tenerse en cuenta a fin de obtener un rendimiento óptimo. Asimismo, la fase multiplicativa debe examinarse de forma adecuada, eligiendo el método idóneo para la obtención de las plantas jóvenes. Se menciona en último lugar, aunque no por ello es el menos importante, el problema de la distribución de la droga, a fin de no producir más de lo que el mercado precisa; de ahí la necesidad de conocer exactamente la demanda a través del análisis tanto nacional como extranjero. Sin adentrarse en consideraciones más específicas, y con la única finalidad de lograr un conocimiento sucinto pero global, vamos a dar una descripción de la morfología de la planta y de algunos métodos reproductivos de aplicación común en los distintos tipos de cultivo. La base vegetativa de una planta puede pertenecer a uno cualquiera de dos tipos distintos: talo o cormo. El talo es propio de los Talófitos que incluye grupos como Hongos y Líquenes; en el segundo caso da origen a los Cormófitos, que incluyen Musgos, Hepáticas, Helechos y Fanerógamas o plantas superiores en general. El cormo se diferencia en tres partes importantes: raíz, tallo y hojas.

La raíz es el órgano encargado de fijar la planta y realizar la absorción de los elementos nutritivos, y en ella se distingue la raíz principal y la secundaria. La primera dispone en el ápice de una cápsula protectora denominada pilorriza o caliptra, y en el otro extremo, de una estructura que la une al tallo y que se llama cuello. Las raíces secundarias disponen de pelos absorbentes con direcciones e inclinaciones distintas a la principal. Por su parte, algunas plantas disponen a su vez de raíces adventicias, como sucede con la hiedra.

Las raíces se clasifican en: *axonomorfas,* cuando la raíz principal presenta un desarrollo mucho mayor que las secundarias; *fasciculadas,* cuando todas las raíces presentan un desarrollo más o menos equivalente y se disponen en manojo; *tuberosas,* cuando se convierten en órgano de reserva; *acuáticas,* si viven completamente sumergidas en el agua; *aéreas,* si están expuestas al aire y se aprovechan del agua contenida en la humedad atmosférica o en el rocío.

El tallo o caule es otro órgano importante de una planta. Es el órgano de sostén de las ramas, flores y frutos y el medio de circulación de la savia. Los tallos se clasifican en principal o secundario. Éste último se llama asimismo ramificación y, al igual que las raíces secundarias, posee distintas direcciones e inclinaciones en relación al tallo principal.

Cada punto de un tallo principal o secundario en el que se inserta una o varias hojas recibe el nombre de nudo, e internudo el espacio situado entre dos nudos consecutivos.

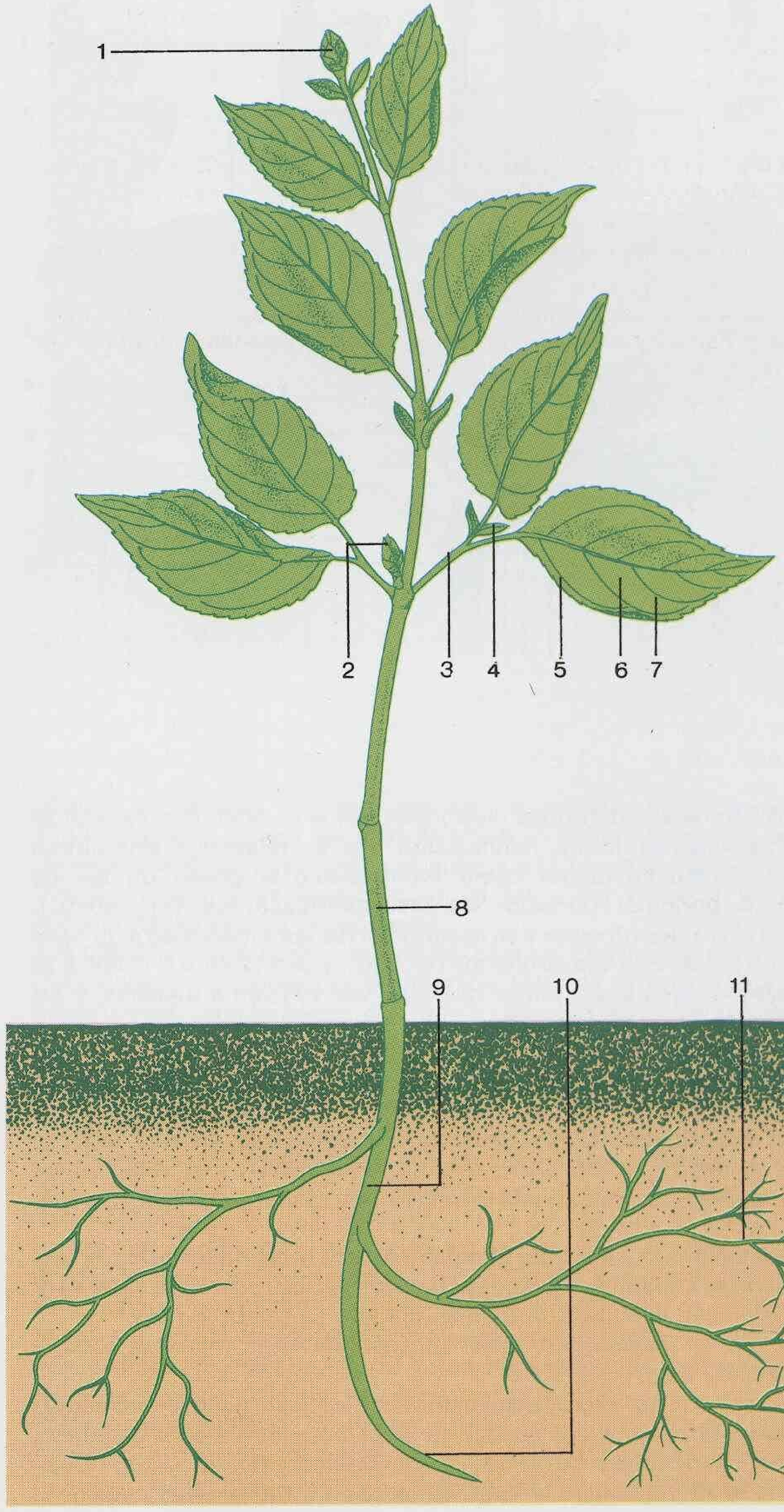
En la extremidad del caule se dispone la yema apical, que es la responsable de su crecimiento. En la yema se encuentran los catafilos, folíolos dispuestos de forma imbricada. A su vez, en la axila del tallo se encuentran las yemas axilares, que son las encargadas de producir nuevas ramificaciones. A causa de un exceso en los elementos nutritivos o de diversas heridas, las yemas pueden disponerse en otros puntos distintos de los citados. Por su parte, las ramificaciones producidas por las yemas axilares son portadoras de otras yemas apicales y así sucesivamente. Los tallos pueden clasificarse en:

— *tallos aéreos,* divididos en árbol (ej., olmo), estípite (ej., palma), culmo (ej., maíz), herbáceo (ej., eufrasia), escapo (ej., jacinto), estolón (ej., fresa), frútice o arbusto (ej., zarza), subfrútice (ej., mirto);

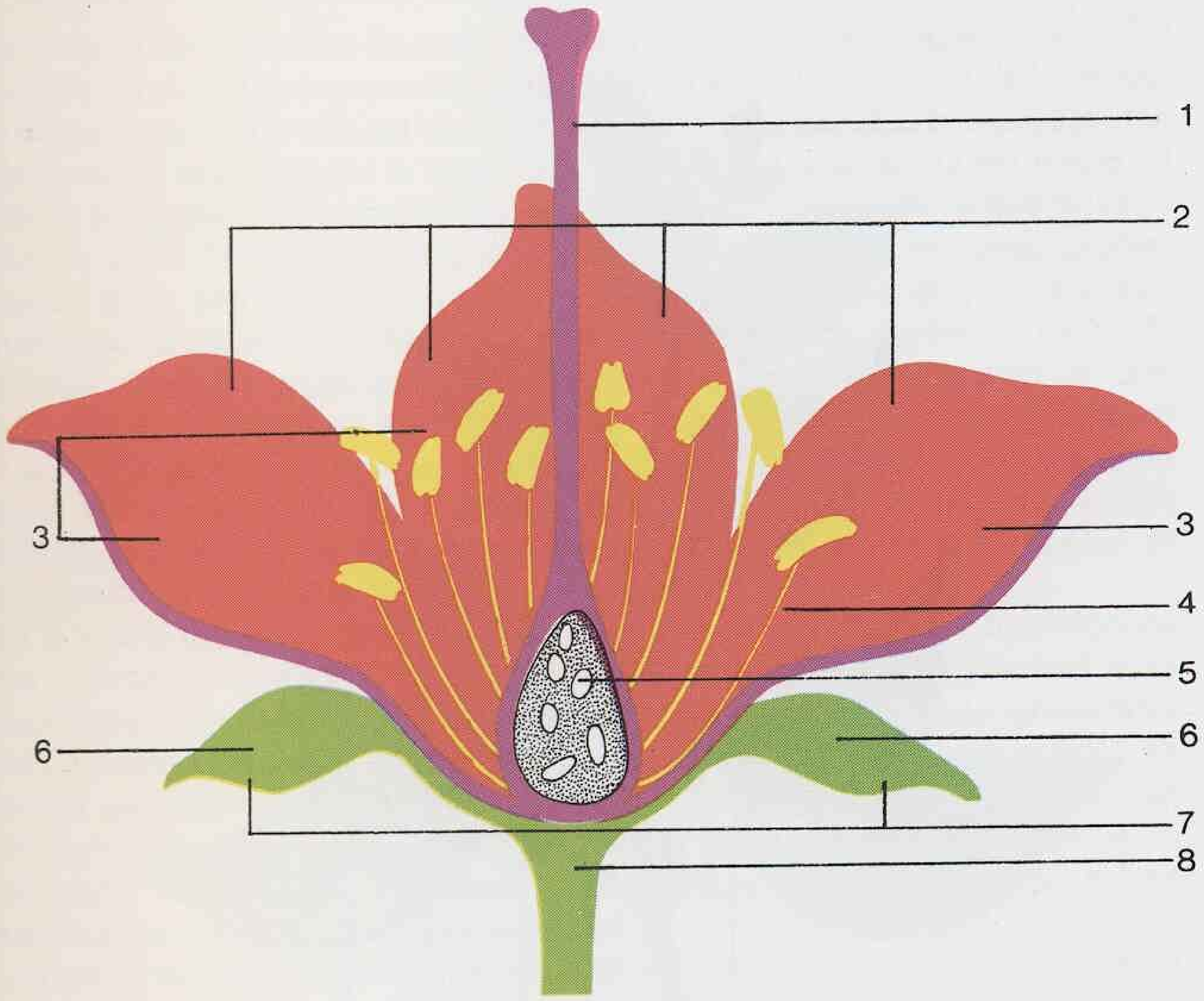
— *tallo subterráneo,* que incluye rizoma (ej., brusco), tubérculo (ej., patata) y bulbo (ej., lirio);

— *tallo acuático.*

Morfología de la planta, en la que se distinguen: 1, yema apical; 2, yema axilar; 3, pecíolo; 4, estípulas; 5, borde de la hoja; 6, hoja; 7, nerviación; 8, tallo o caule; 9, raíz principal; 10, pilorriza; 11, raíces secundarias.



Corte de una flor en el que se observan los pétalos y sépalos: 1, pistilo; 2, corola; 3, pétalos; 4, androceo (estambres); 5, gineceo (ovario); 6, sépalos; 7, cáliz; 8, receptáculo.



Los tallos aéreos admiten otras clasificaciones si se atiende a caracteres como la persistencia, forma, ramificación, etc. En relación a este último carácter, un tallo se define como *monopódico* si posee un eje de crecimiento principal portador de las ramificaciones (ej., abeto), *simpódico* si el ápice no crece y se desarrollan las ramificaciones a un nivel inferior con ápices a su vez atrofiados (ej., tilo), y *dicotómico* si el ápice se divide dando origen a dos ramas que a su vez vuelven a dividirse, y así sucesivamente (ej., estramonio).

La hoja es un apéndice de color normalmente verde y aspecto laminar que se inserta, mediante un pecíolo, al tallo o ramificación. Constituye el órgano de transformación y elaboración de la planta, sede de la fotosíntesis clorofílica. Como elementos integradores de una hoja se incluyen el limbo, pecíolo, vaina y estípulas. Pocas veces están todos estos caracteres presentes en una misma hoja, y lo normal es que falte uno o más.

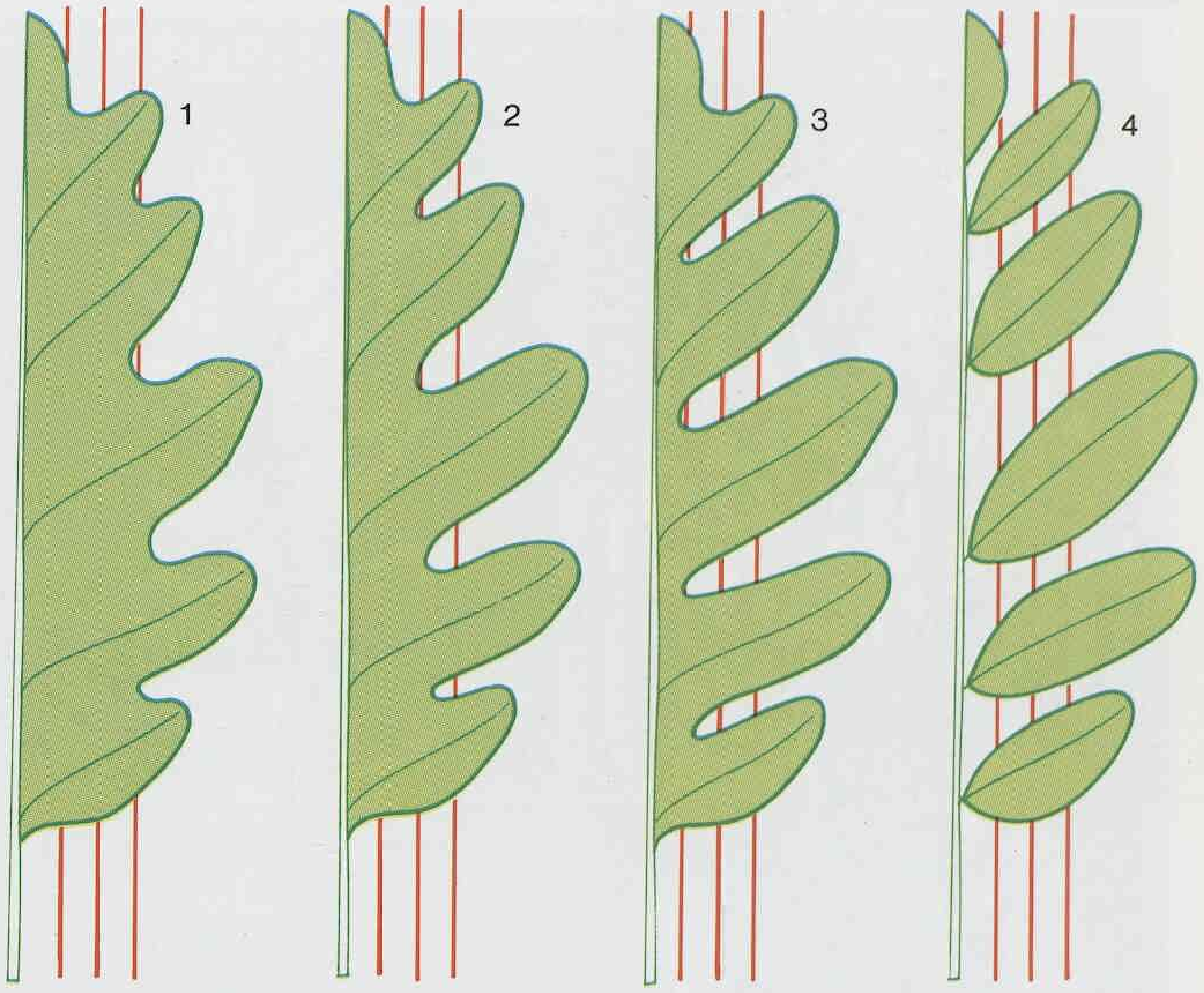
El limbo determina la estructura geométrica de la hoja; puede adoptar una forma prismática, cilíndrica o laminar (véase pág. 66-68). El pecíolo es el órgano de sostén del limbo, y además asegura su unión al tallo.

La vaina es un pecíolo de base ensanchada que envuelve total o parcialmente el tallo.

Las estípulos son dos folíolos dispuestos en la base del pecíolo, elementos residuales de la yema, y que pueden tener carácter persistente o caduco.

Los vasos conductores de la savia se ramifican por el limbo foliar, originando la nerviación de la hoja. En relación a todos estos caracteres

Distintos tipos de hoja en función de las características del borde; la profundidad de los lóbulos en relación a la nerviación central determina el tipo de hoja: 1, lobada; 2, hendida; 3, partida; 4, secta.

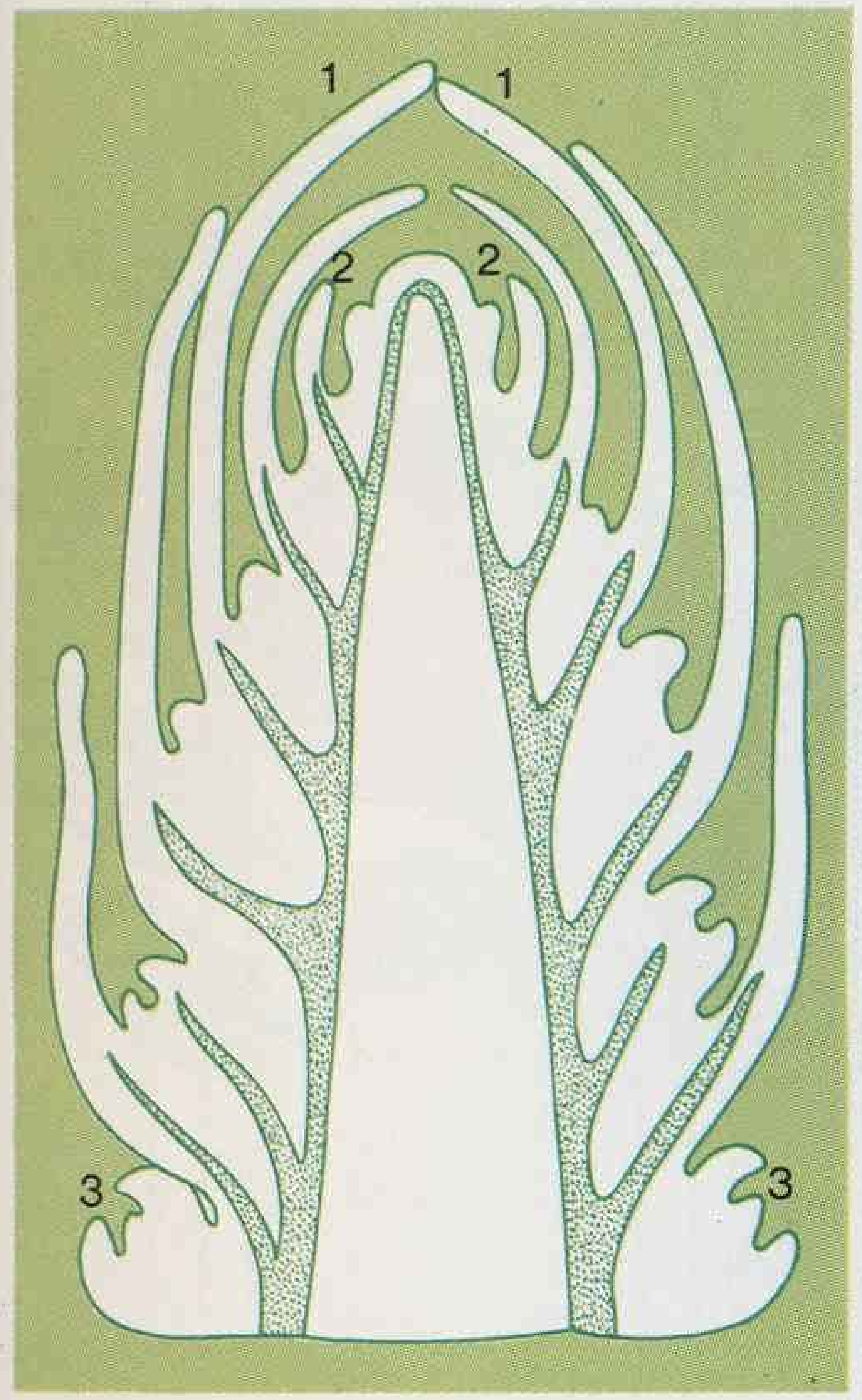


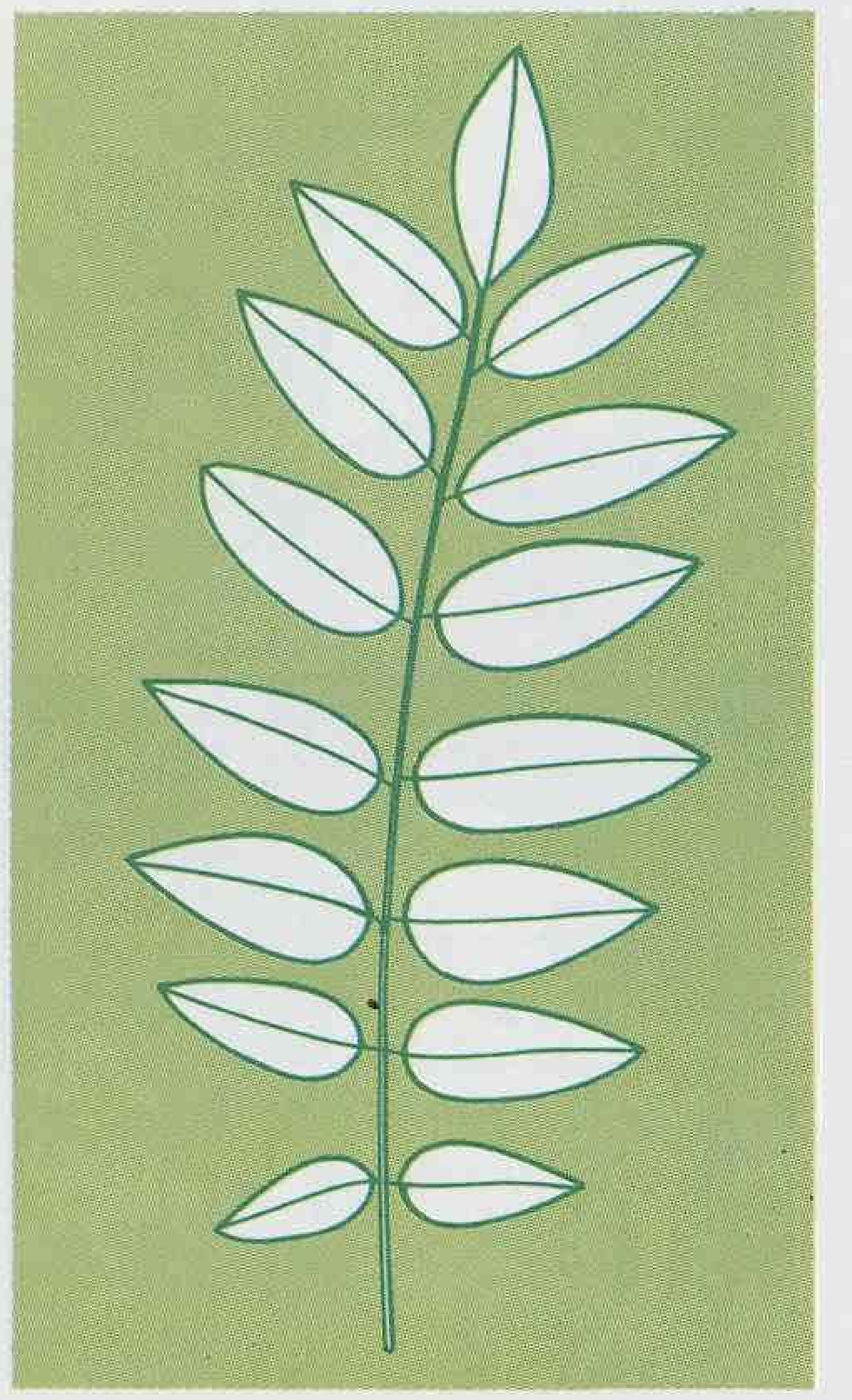
citados se pueden confeccionar las correspondientes clasificaciones.

Al igual que en el caso del tallo, también en la hoja es posible establecer diversas clasificaciones según se atenga a la forma, persistencia, tipo de margen y forma de inserción en el tallo, así como a las distintas transformaciones que experimenta.

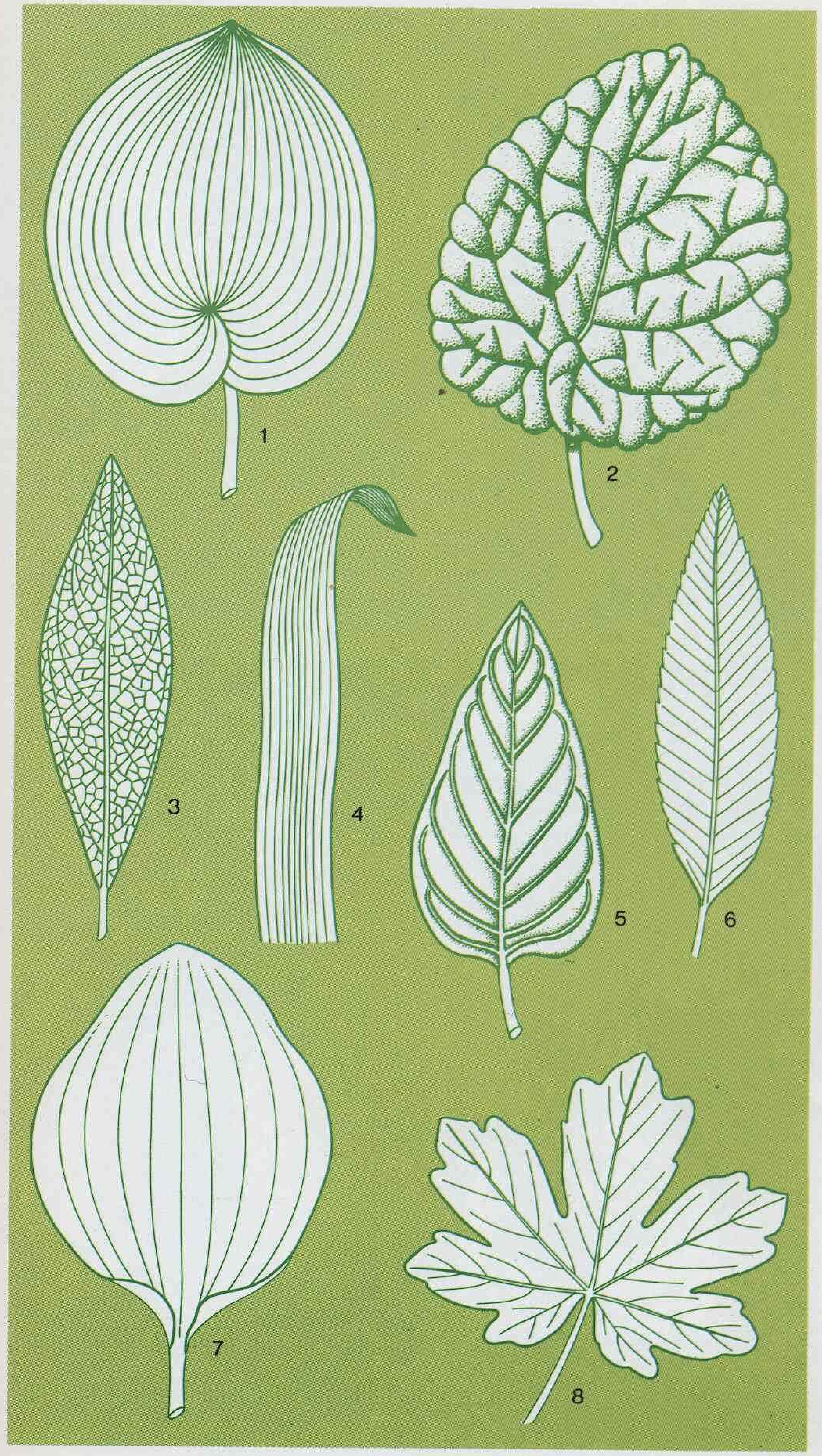
Las clasificaciones contenidas en las páginas que siguen son meramente indicativas y no cubren la descripción total de la hoja. Cada hoja, en efecto, posee características distintas y disposiciones también diferentes. Por ejemplo, existen hojas con la página idéntica pero que muestran el margen, la nerviación o la inserción diferentes. También sucede que en ocasiones una hoja singular puede entrar a formar parte de una hoja de mayor tamaño, denominada compuesta. Por esta causa se encontrarán ilustraciones casi iguales pero con clasificaciones distintas. La clasificación ideal sería aquella que pudiera considerar la totalidad de las características de la hoja, poniendo en evidencia toda su complejidad. Si se atiende al dibujo de la página 65 se verá que se trata de una hoja compuesta con un folíolo apical (denominada imparipinnada). El limbo está sectado, modificado hasta formar numerosos folíolos opuestos entre sí, salvo el apical, de forma elíptica u oval apuntada. De acuerdo con todo este examen, puede clasificarse como hoja compuesta imparipinnada.

Una vez considerada muy someramente la morfología de la planta, y sin espacio para comentar los diversos tipos de polinización de las flores, es interesante citar los distintos tipos de reproducción vegetativa de las plantas. En algunos casos se produce de forma natural (propágulos), *A la izquierda, corte de una yema en el que se distinguen: 1, catafilos; 2, ápice; 3, esbozos caulinares. Algunas yemas se usan como base para las preparaciones glicerinadas en yemoterapia, especialidad de la fitoterapia. Actualmente, se tiende a atribuir a las yemas notables propiedades curativas, al ser la parte vegetativa de la planta. A la derecha, ejemplo de hoja compuesta imparipinnada. En la página siguiente, clasificación de los distintos tipos de hoja según la nerviación: 1, campilodroma: la nerviación de la base alcanza el ápice siguiendo, de forma equidistante, el perfil del margen; 2, rugosa: las nerviaciones se muestran hundidas en relación a la superficie foliar; 3, retinervia: con la nerviación reticulada; 4, rectinervia: las nerviaciones son rectas y paralelas; 5, venosa: las nerviaciones primarias y secundarias sobresalen de la página foliar; 6, penninervia: las nerviaciones se disponen a modo de las barbas de una pluma; 7, paralelinervia: las nerviaciones se disponen en paralelo; 8, palminervia: las nerviaciones siguen la disposición de la palma de la mano.*

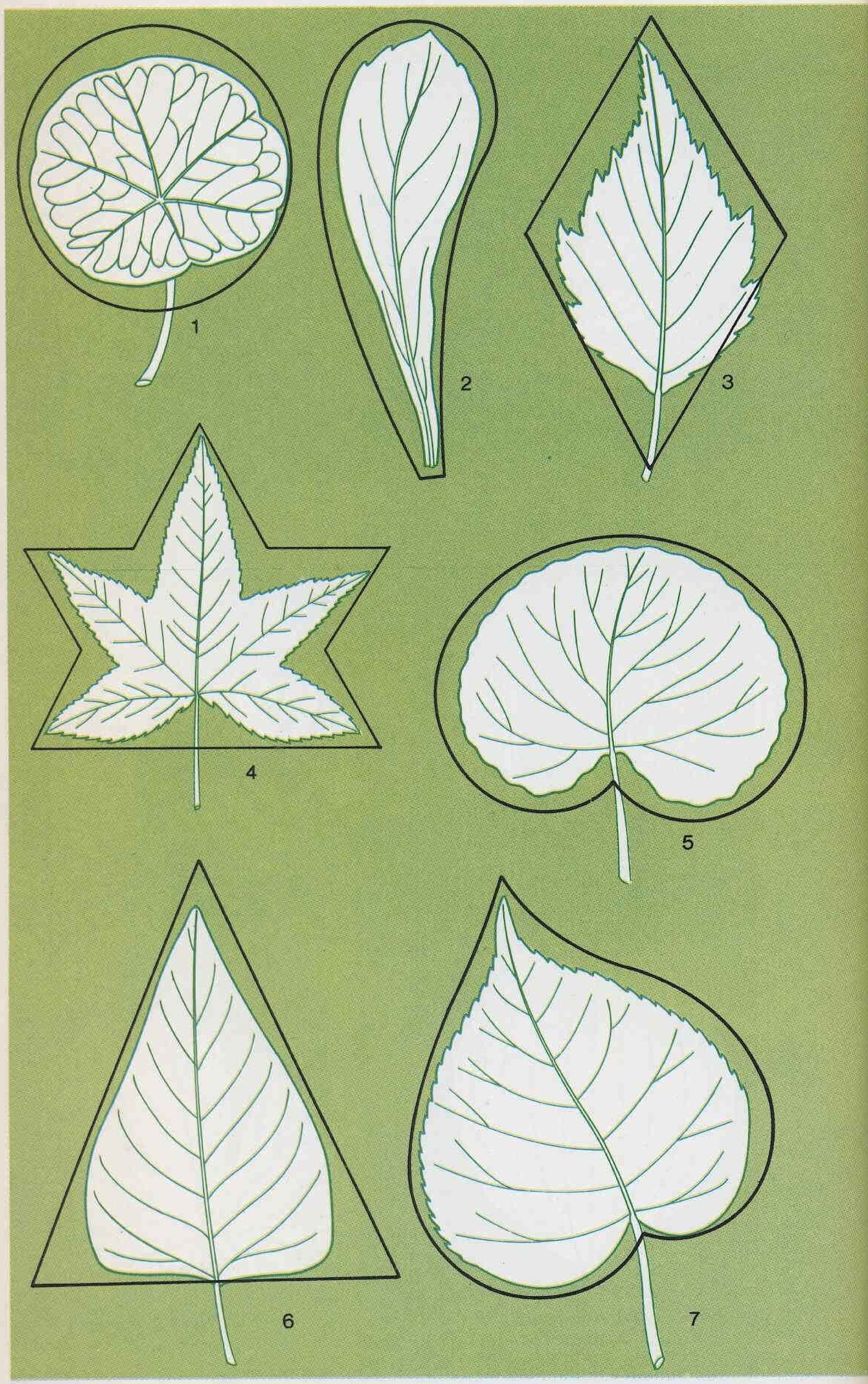


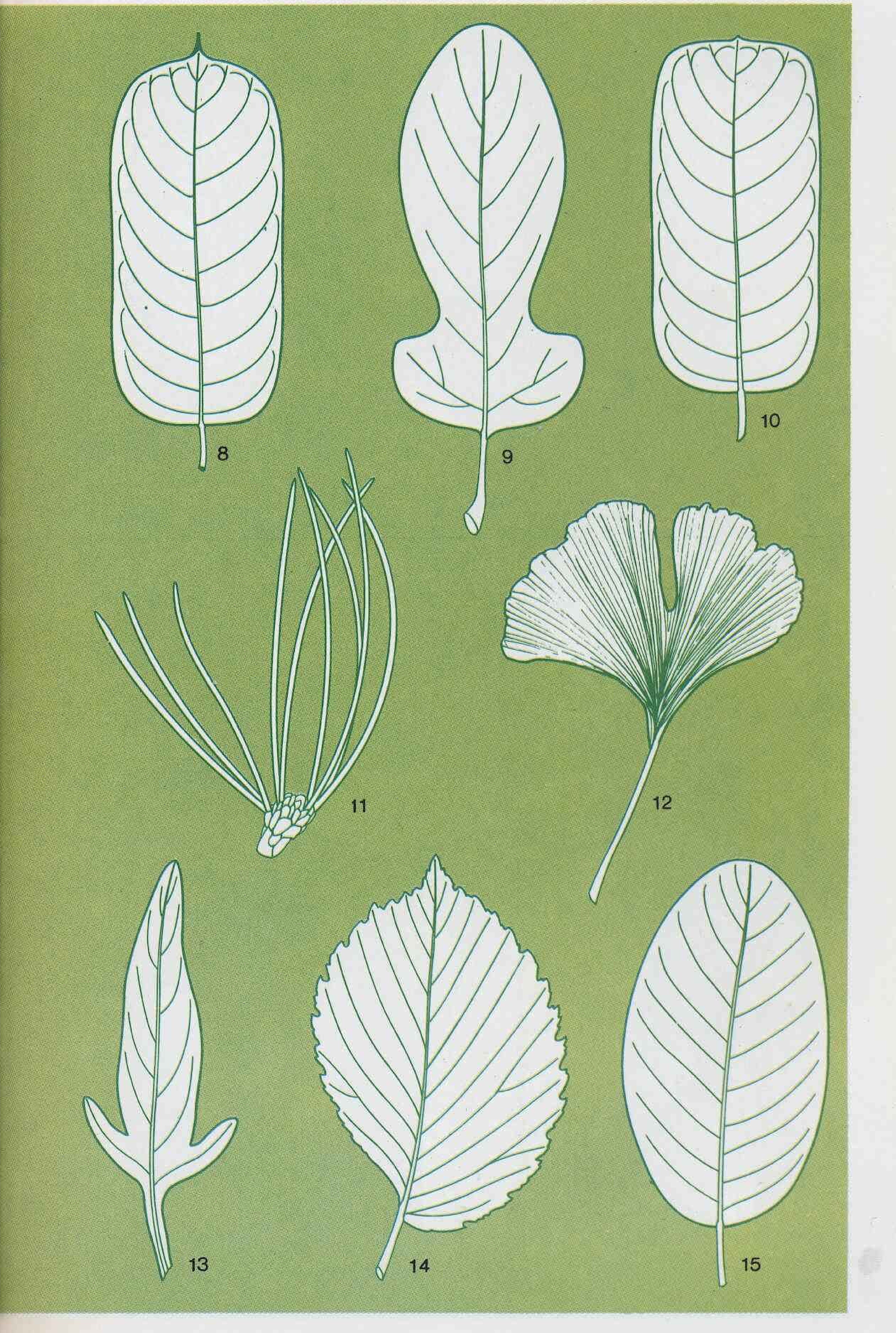


mientras que en otros es el resultado de procedimientos experimentales. Entre estos últimos pueden citarse la estaca o esqueje, el acodo y el injerto. En las páginas 76-79 se ilustran los principales sistemas de reproducción agámica.

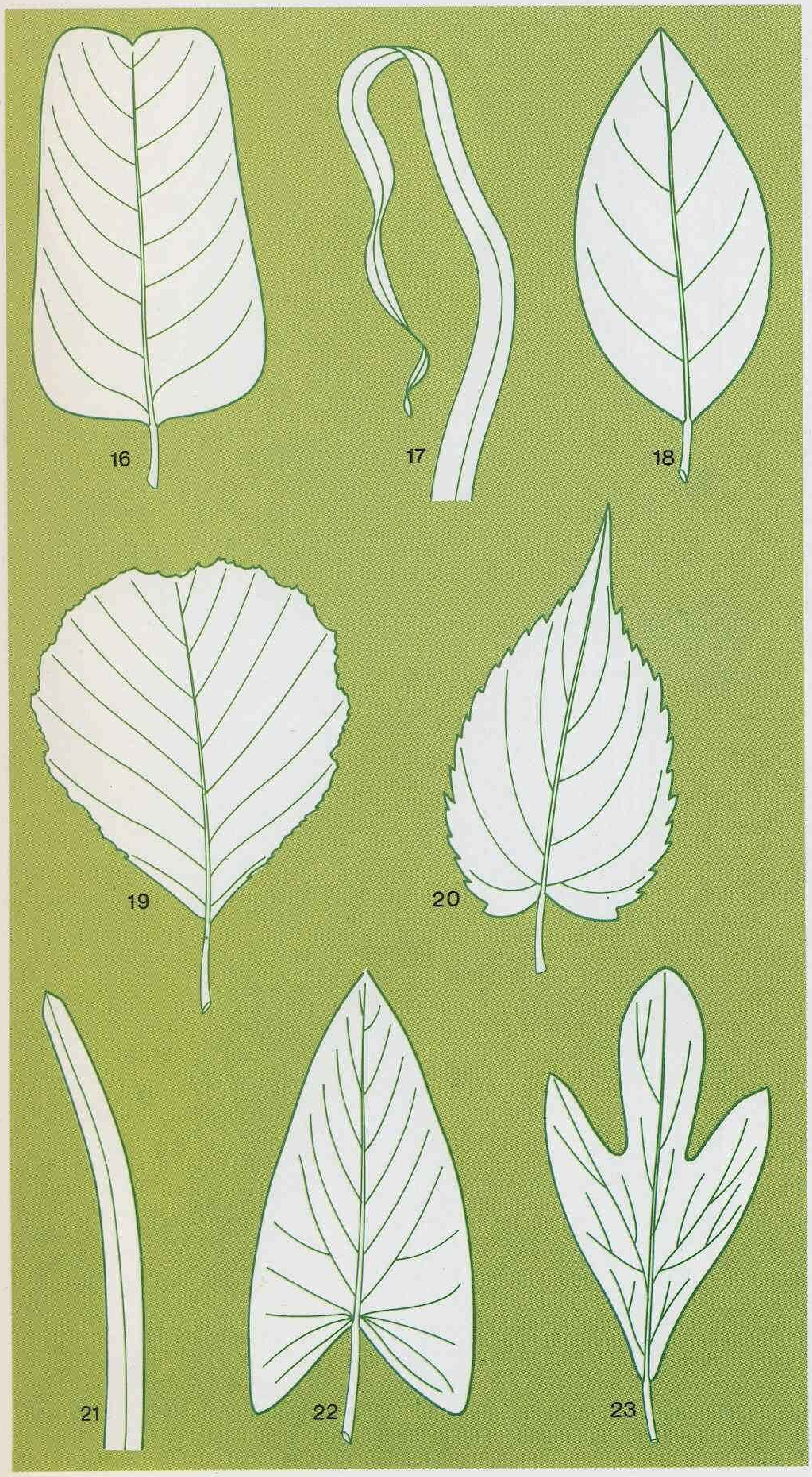


Varios ejemplos de hojas clasificadas por la forma geométrica del limbo: 1, orbicular (en forma de círculo); 2, espatulada (en forma de espátula); 3, romboidal; 4, pentagonal; 5, reniforme; 6, triangular; 7, cordiforme (en forma de corazón); 8, mucronada (provista de mucrón); 9, panduriforme; 10, apiculada (con un ligero ápice); 11, acicular; 12, flabelada; 13, astada; 14, asimétrica; 15, oval.

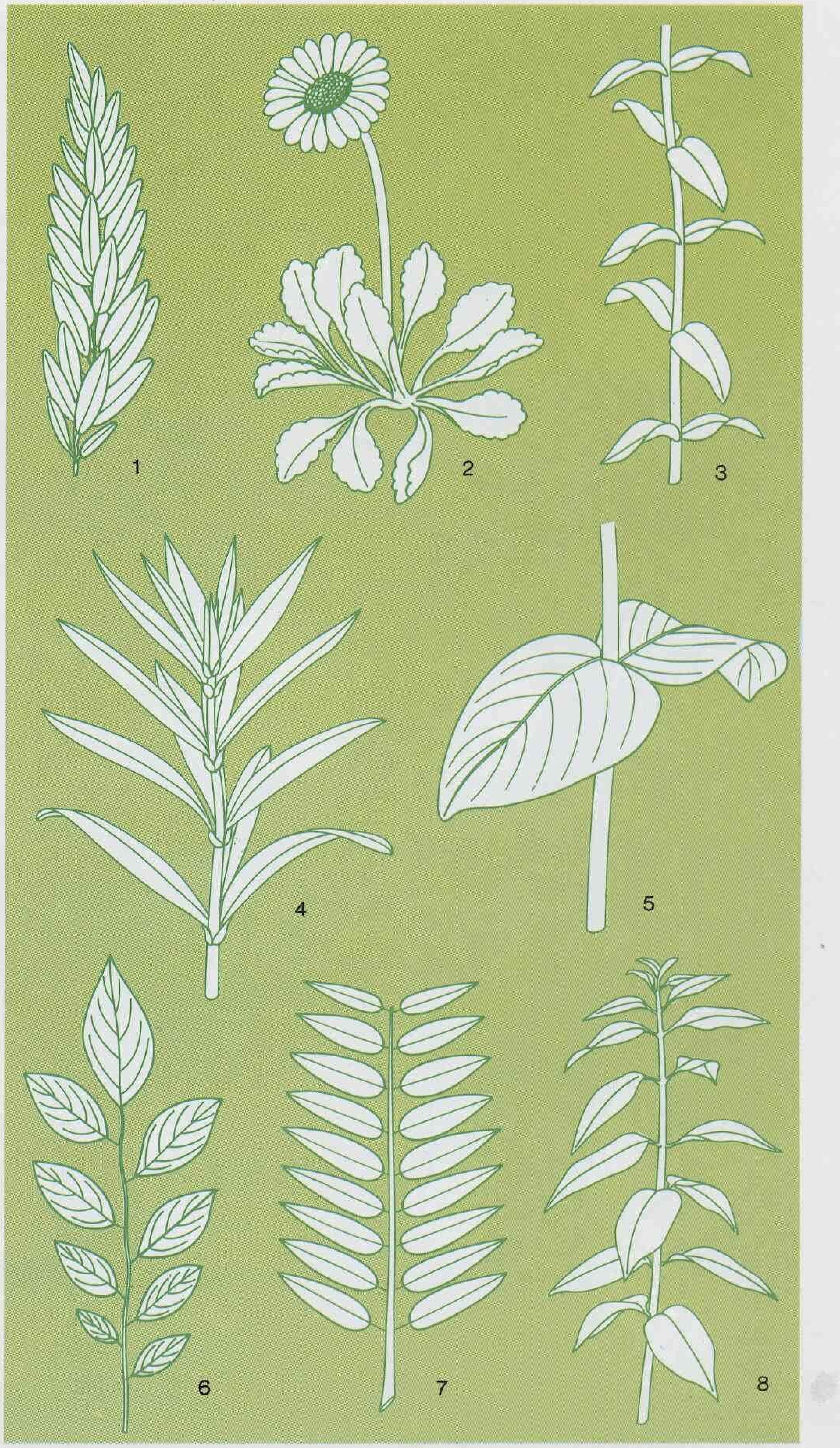




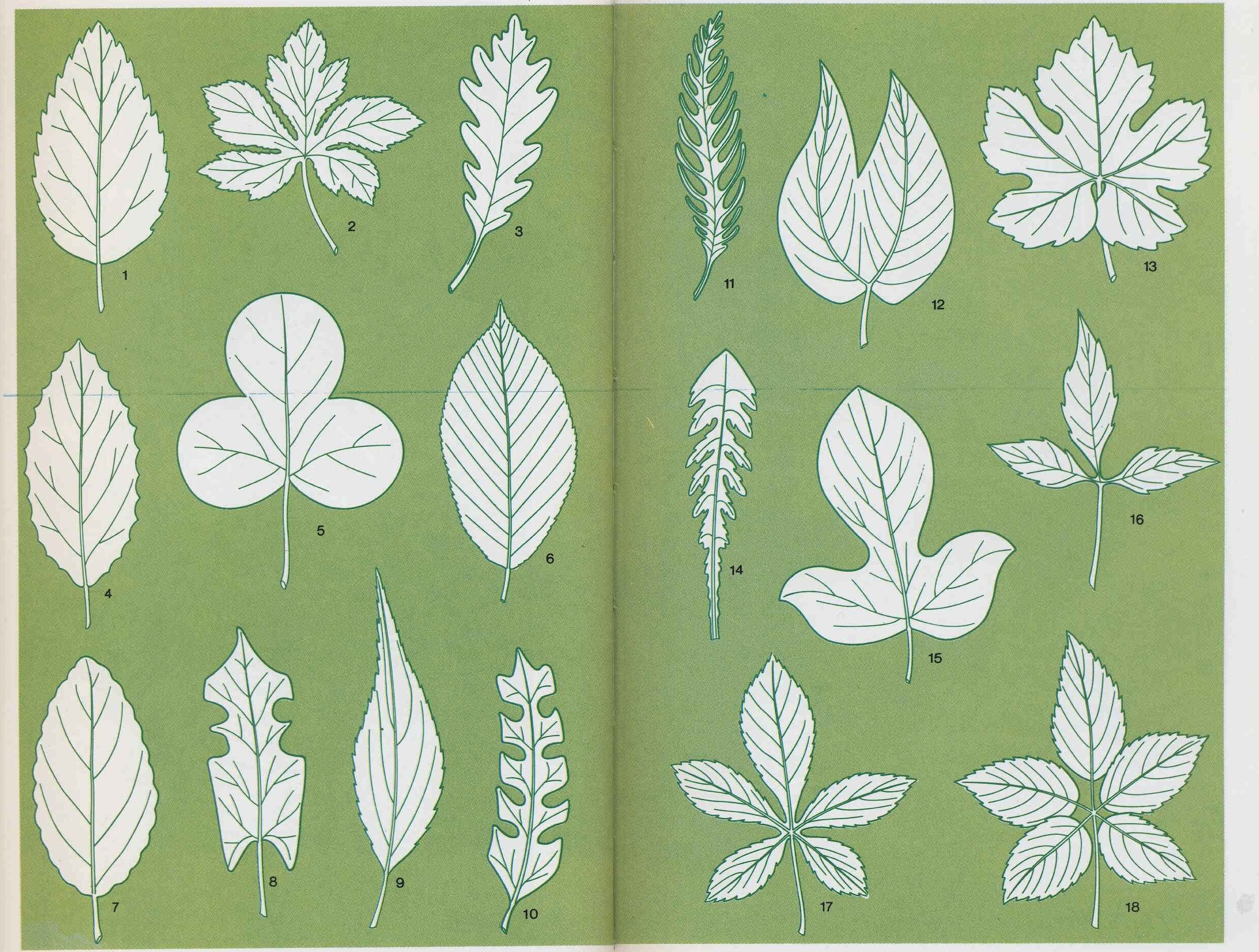
16, emarginada (con el ápice hundido); 17, acintada; 18, elíptica; 19, obovada; 20, cuspidada; 21, ensiforme; 22, sagital; 23, cuneiforme.

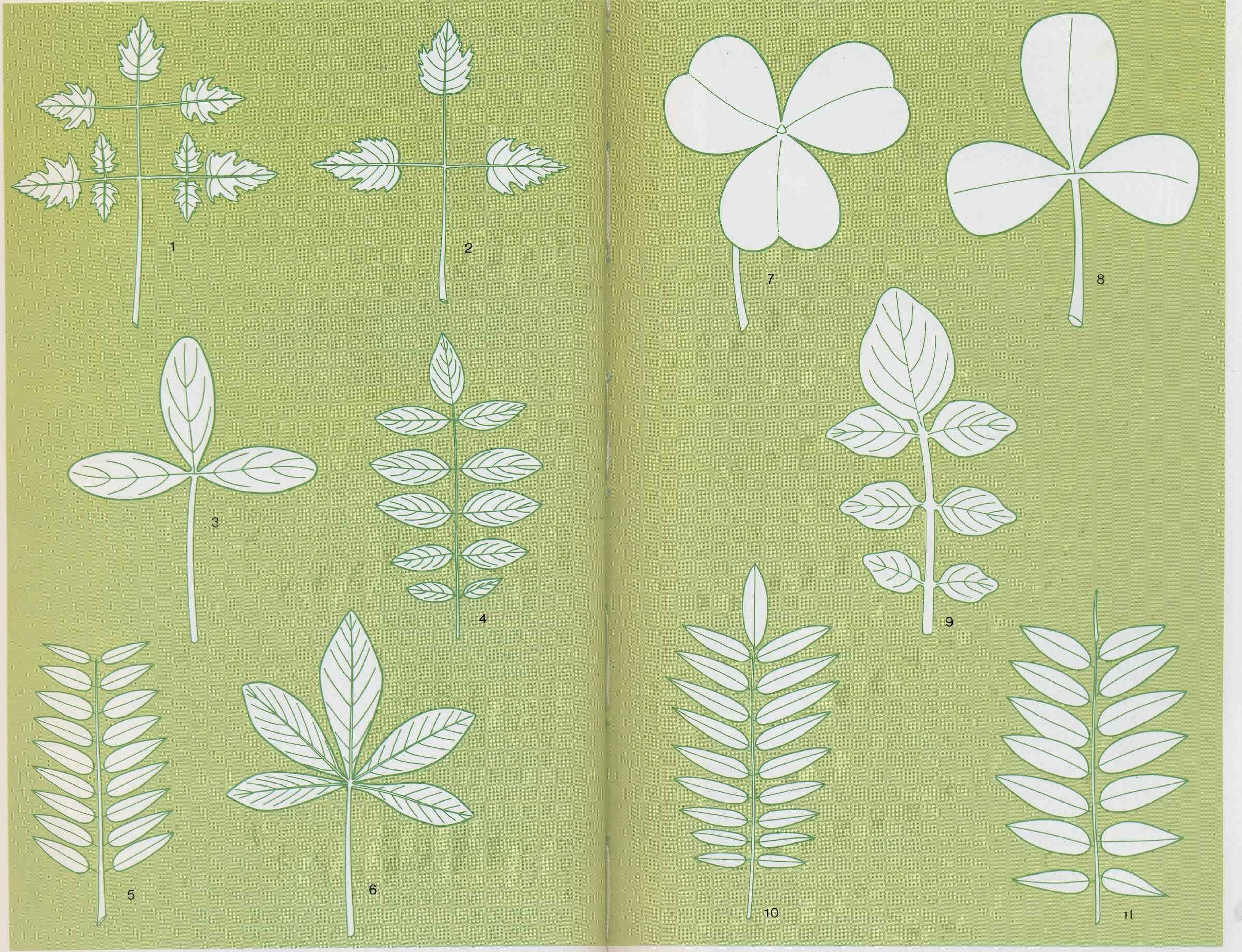


Ejemplos de hojas con distinta posición respecto al eje: 1, imbricadas; 2, basales en roseta; 3, decusadas (opuestas 90°); 4, verticiladas; 5, connatas; 6, alternas; 7, opuestas; 8, dísticas.



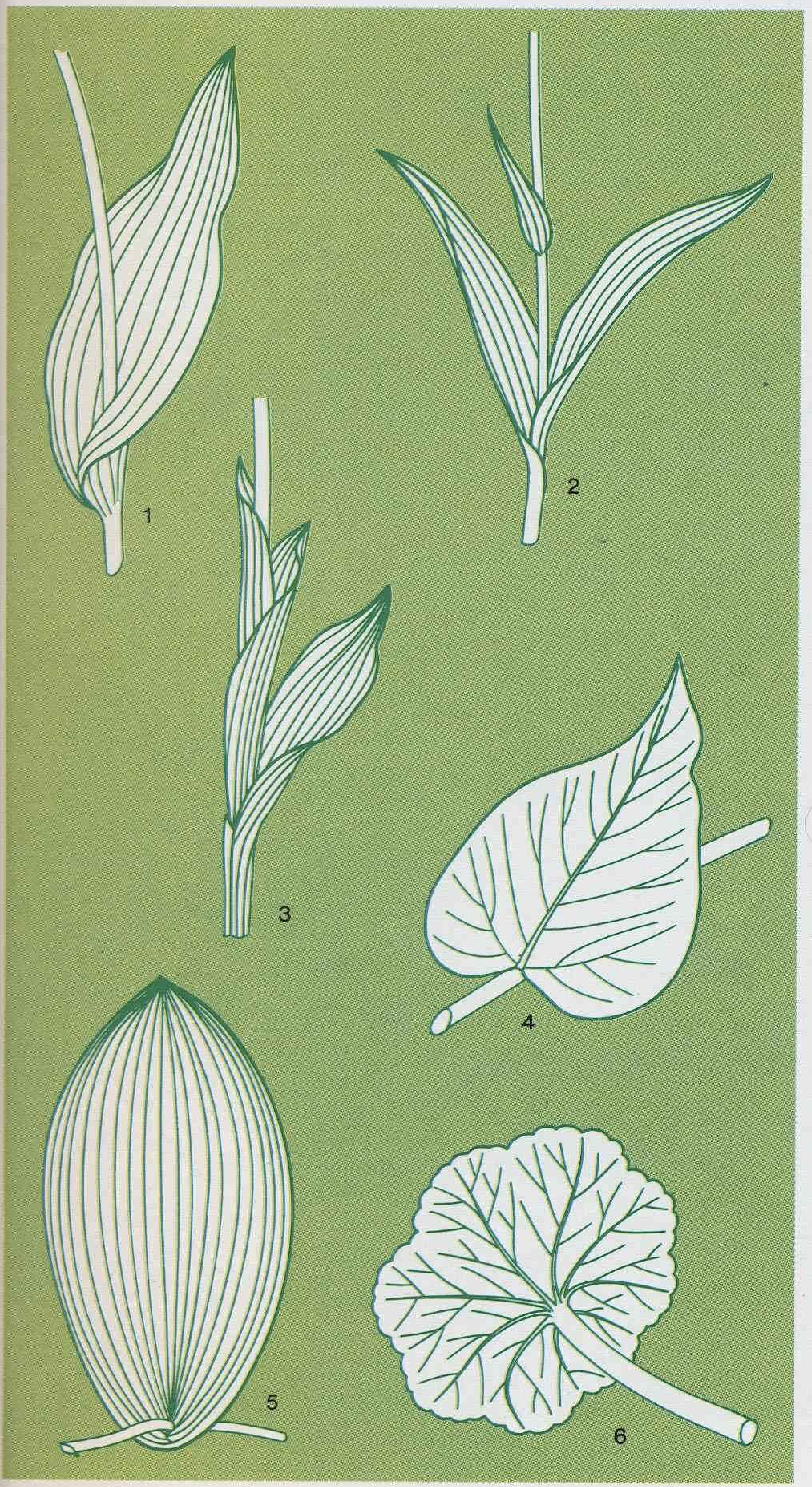
Ejemplos de distintos tipos de hojas según el margen: 1, dentada; 2, palmatopartida; 3, lobada; 4, festoneada; 5, trilobulada; 6, oval apiculada; 7, crenada; 8, lacerada; 9, sagital elíptica; 10, pinnatipartida; 11, laciniada; 12, bipartida; 13, pentalobulada; 14, uncinada; 15, palmatipartida; 16, tripartida; 17, digitada; 18, palmatisecta.



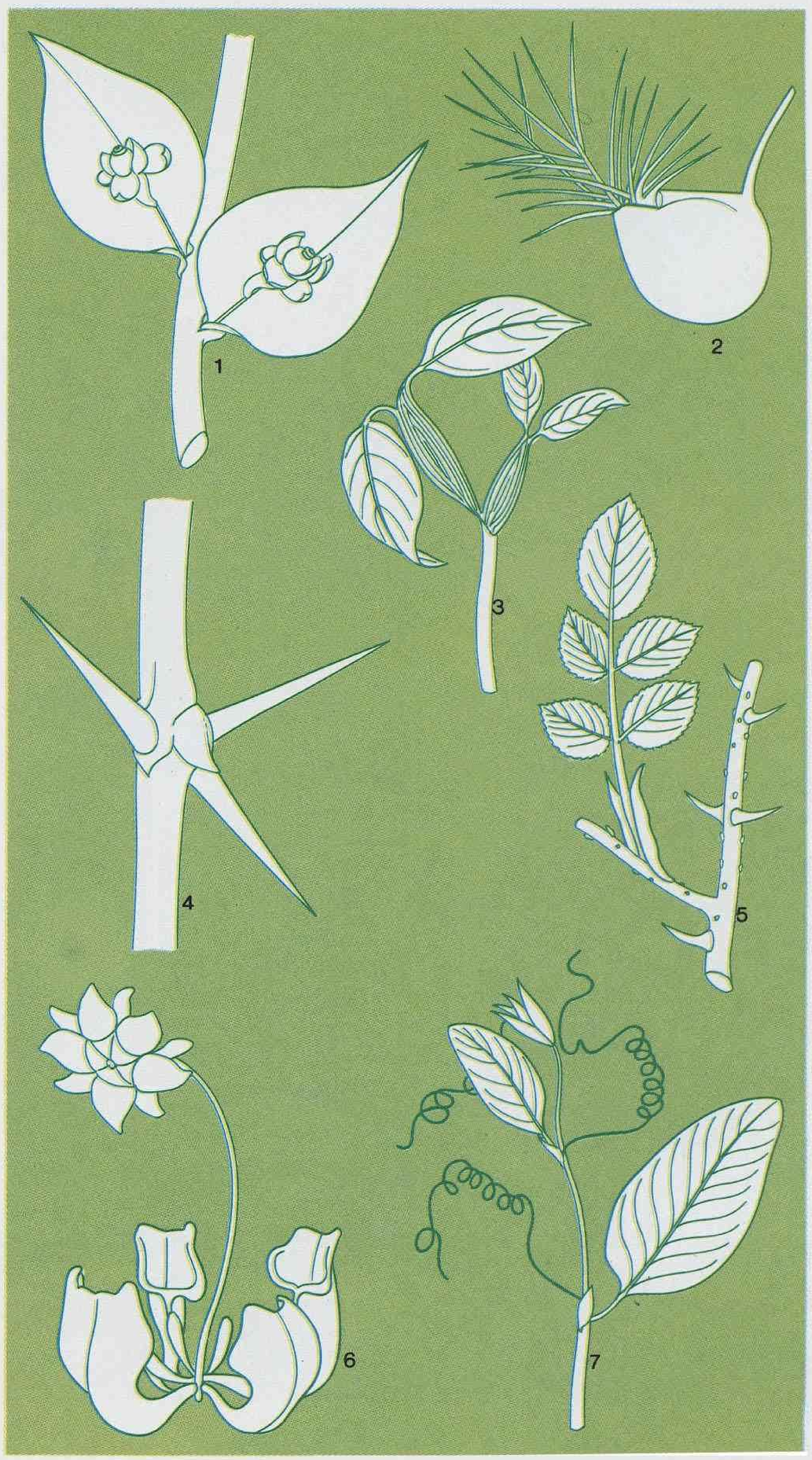


Ejemplos de hojas compuestas: 1, tripinnatisecta; 2, bipinnatisecta; 3, compuesta elíptica; 4, imparipinnada; 5, paripinnada; 6, palmada; 7, trifoliada; 8, compuesta obovada; 9, lirada; 10, pinnatisecta; 11, aristada.

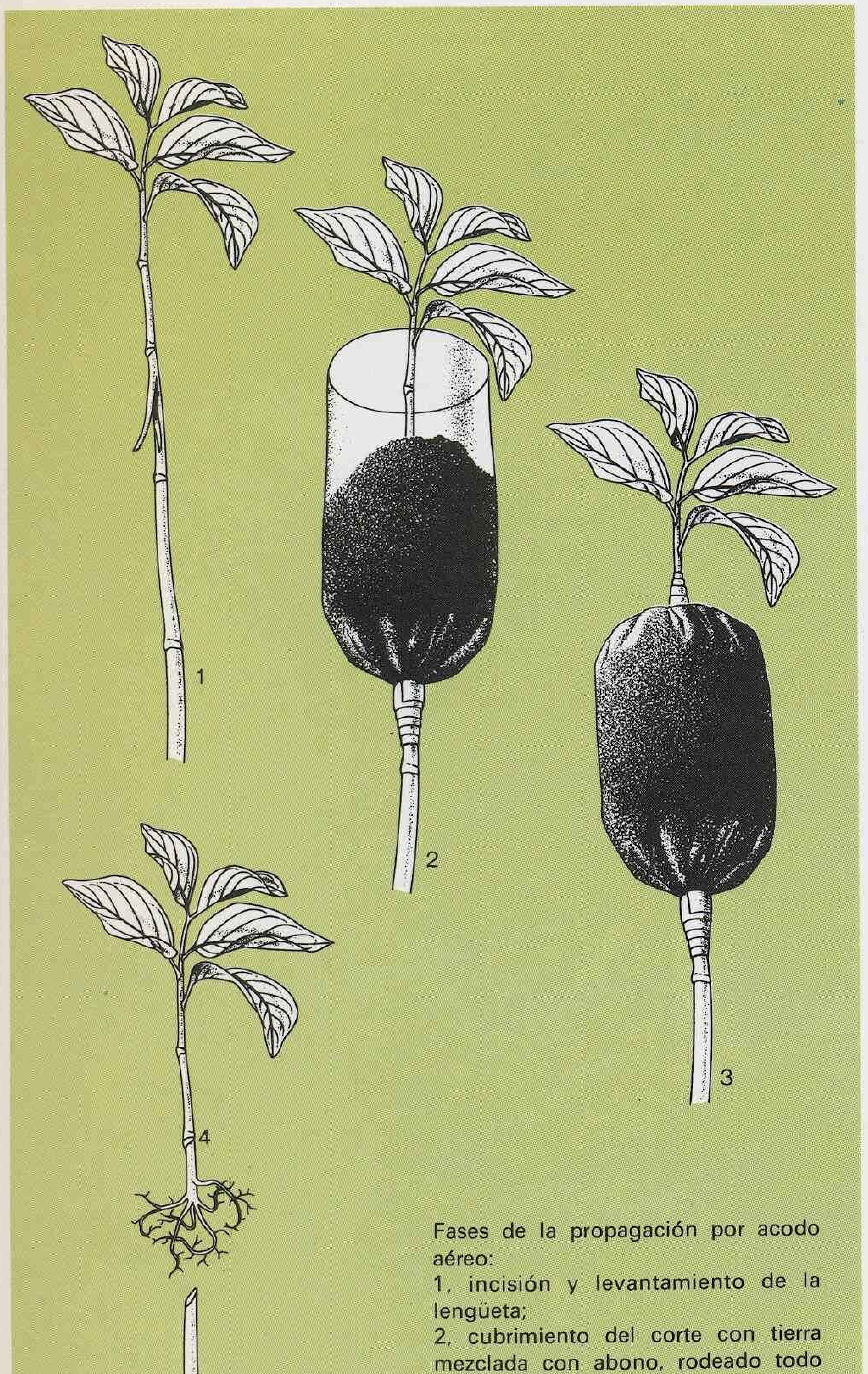
Ejemplos de distintos tipos de hoja según su inserción en el tallo: 1, amplexicaule (abraza el tallo); 2, equitante (las hojas se recubren parcialmente); 3, decurrente (la hoja se dispone en parte adherida al tallo); 4, sésil (carente de pecíolo); 5, perfoliada (sésil pero con el margen que rodea al pecíolo); 6, peltada (el pecíolo se dispone en el centro de la lámina foliar). En la página siguiente, diversas modificaciones que se producen en el tallo y en las hojas, y sus respectivas denominaciones: 1, cladodio, cuando las ramas aplanadas adoptan el aspecto de una hoja; 2, utrículo, al formar las hojas una especie de recipiente para el contenido de diversas sustancias;



3, filodios, si el pecíolo se modifica, aplanándose y ensanchándose, y adopta la forma de una hoja; 4, espinas y 5, acúleos, si estas tranformaciones proceden respectivamente del tallo de la hoja y consisten en que el tejido epidérmico adopta una disposición en punta y de naturaleza coriácea; 6, ascidio, cuando la hoja se modifica en forma de copa, adecuada por ejemplo para la captura de insectos, como sucede en la planta carnívora Nepenthes*; 7, zarcillo, al tansformarse la hoja en un delgado filamento, con la función de servir de sostén aéreo.*

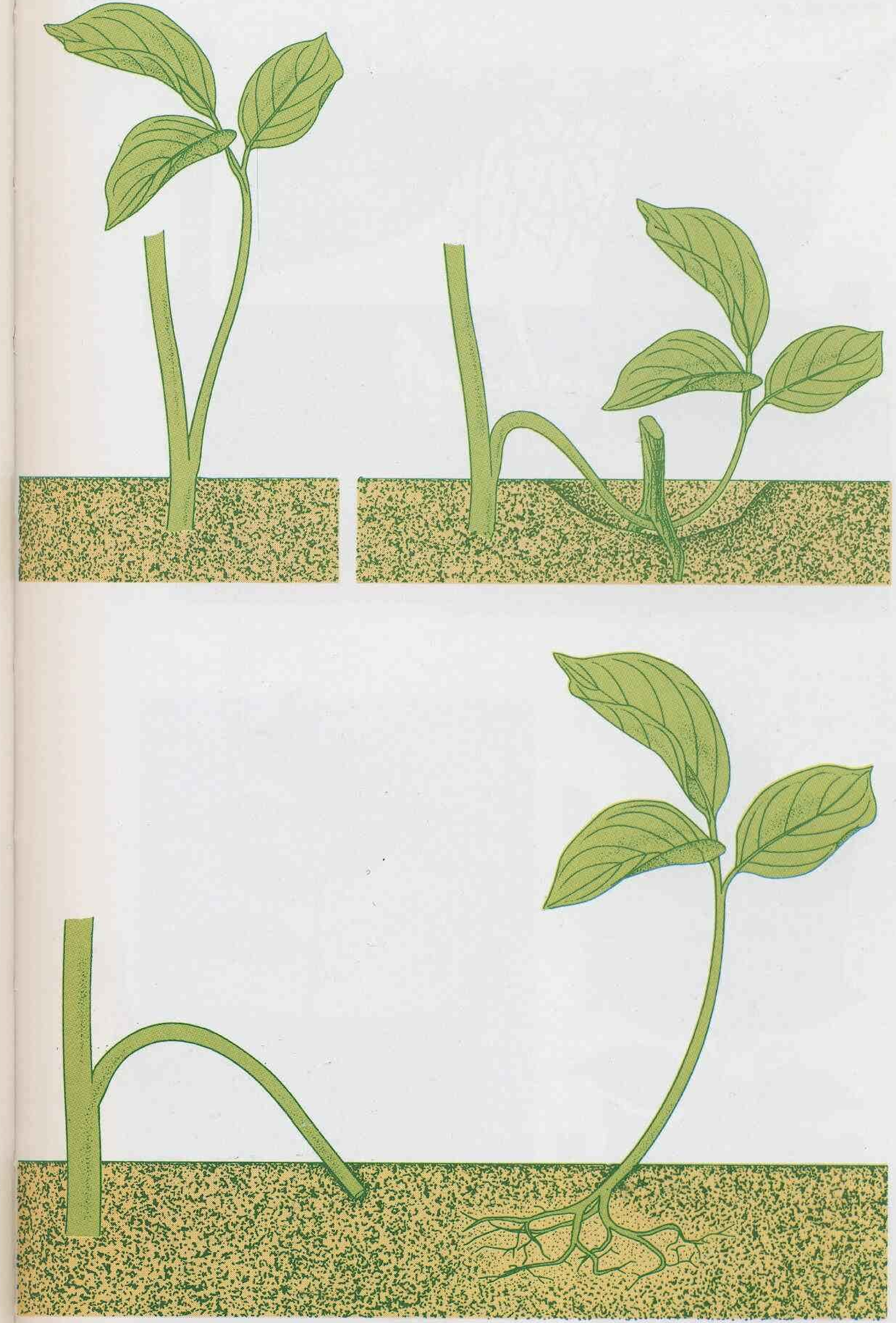


Acodo aéreo. *Se practica con un trozo de ramificación, mediante un corte de forma oblicua al que se le quitan las hojas. El corte se trata con fertilizantes y se cubre de un invólucro. Este método, que sólo se aplica a grandes arbustos o a ramificaciones de tamaño medio, permite la obtención de una nueva planta en poco tiempo.*

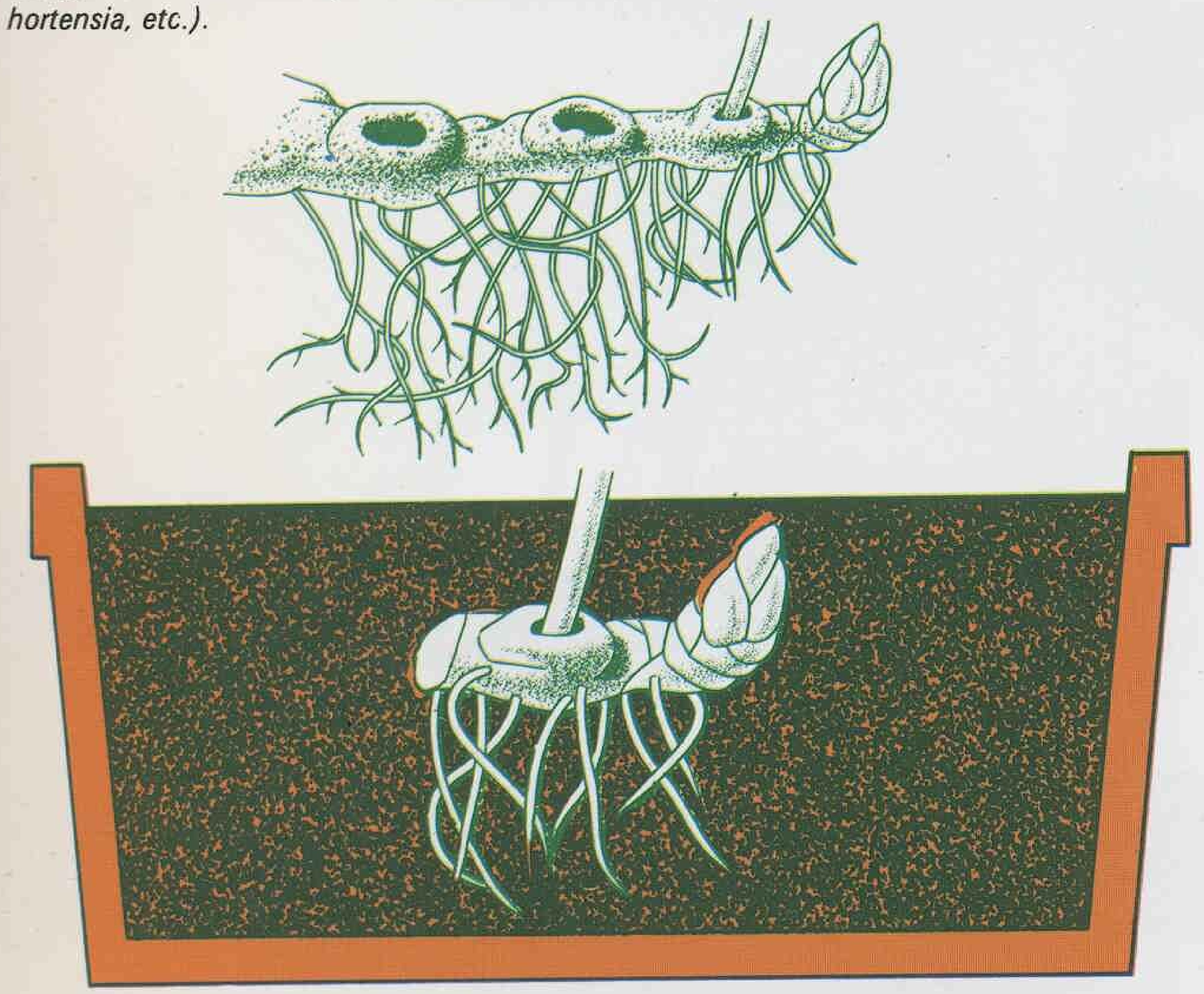


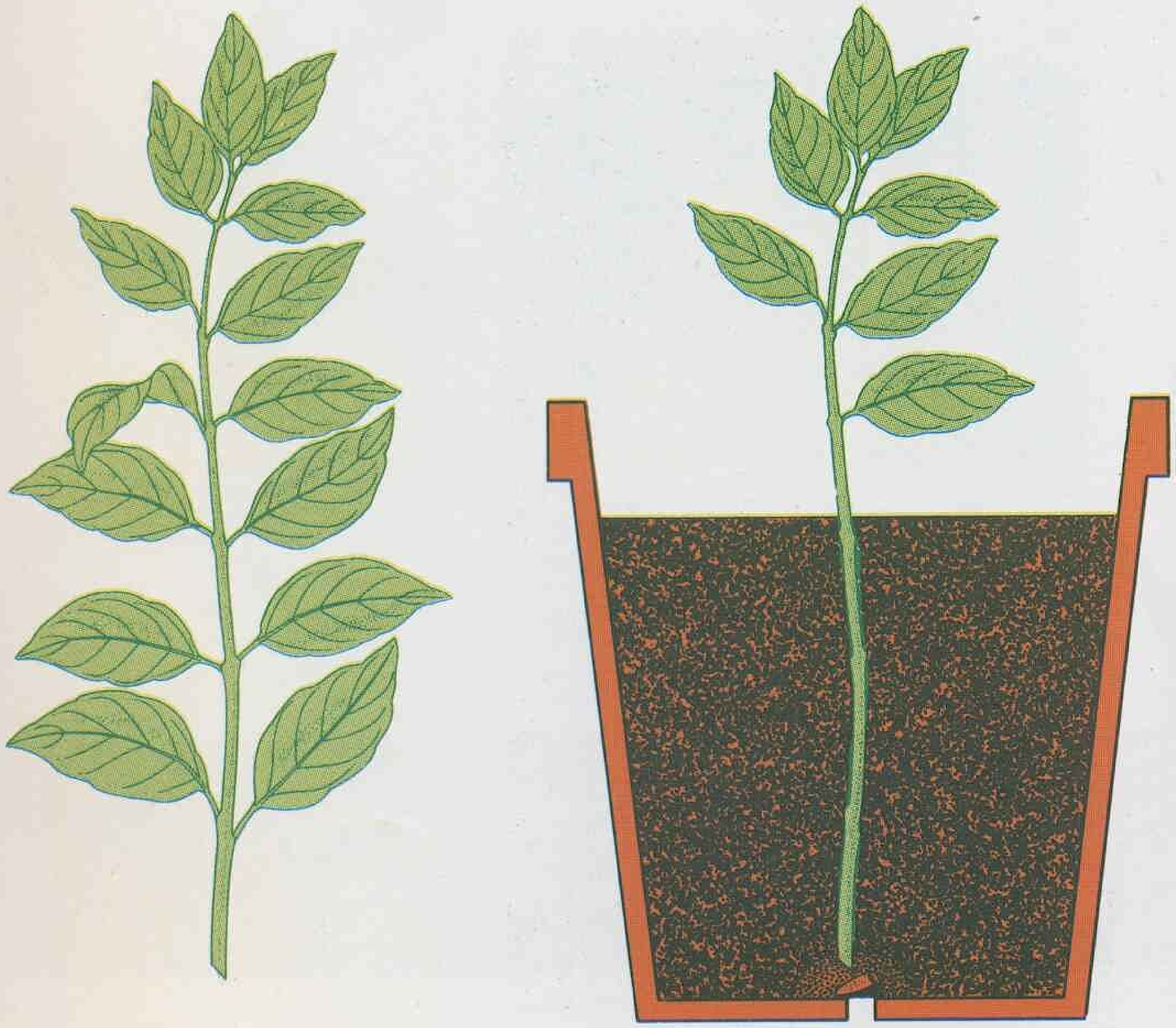
Fases de la propagación por acodo aéreo:
1, incisión y levantamiento de la lengüeta;
2, cubrimiento del corte con tierra mezclada con abono, rodeado todo ello mediante una tela de nailon;
3, riego;
4, producción de las nuevas raíces a nivel del corte, y posterior separación de la ramificación, que se convierte en una planta igual a la madre.

Acodo. *Este método permite la formación de las raíces en un tallo que todavia se encuentra unido a la plata madre. Puede practicarse en cualquier estación, y para ello se usan ramificaciones jóvenes y sanas, que se doblan y se entierran de modo que el ápice quede dirigido hacia arriba. Al cabo de un cierto tiempo, tendrá lugar la emisión de raíces y brotes vegetativos.*

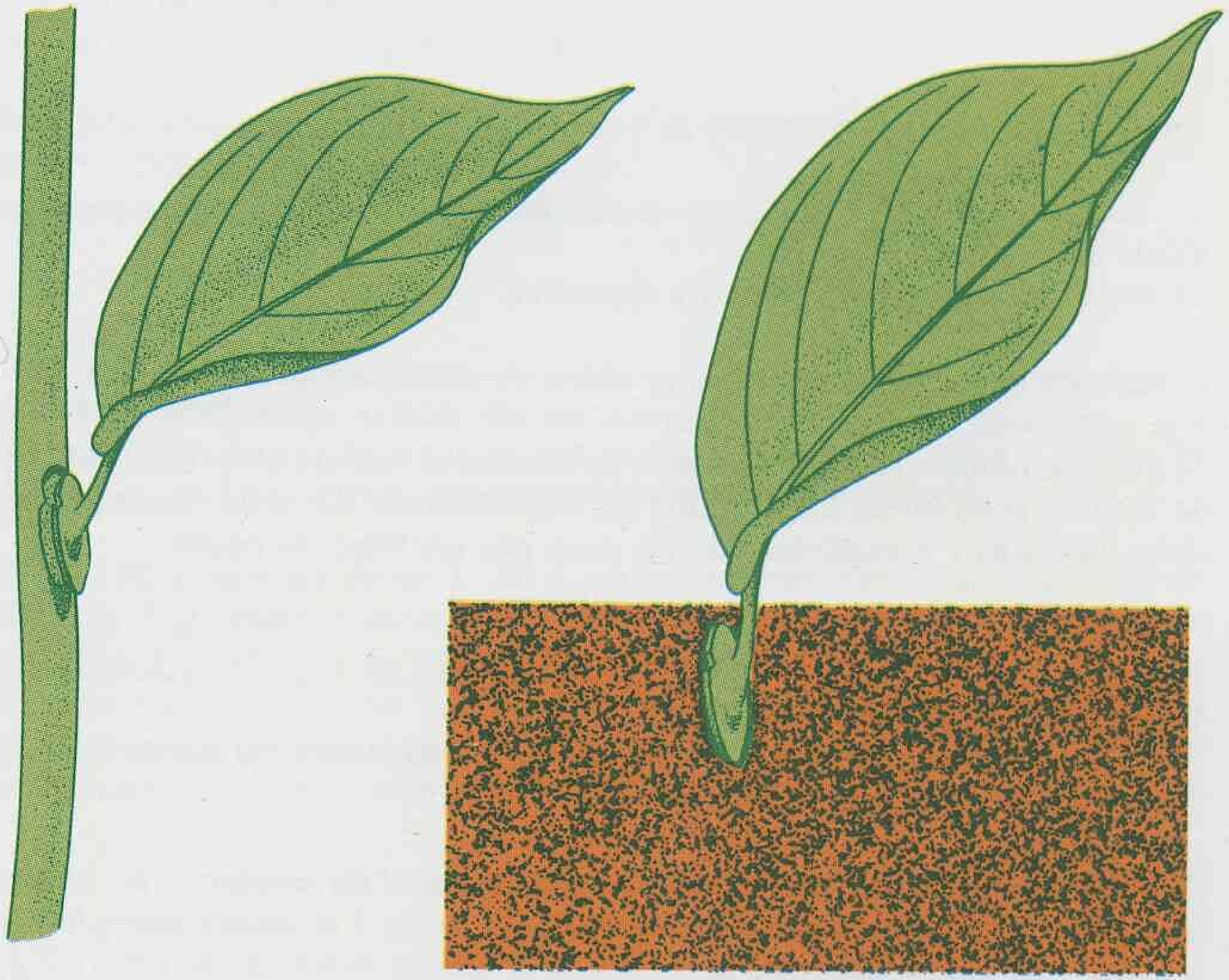


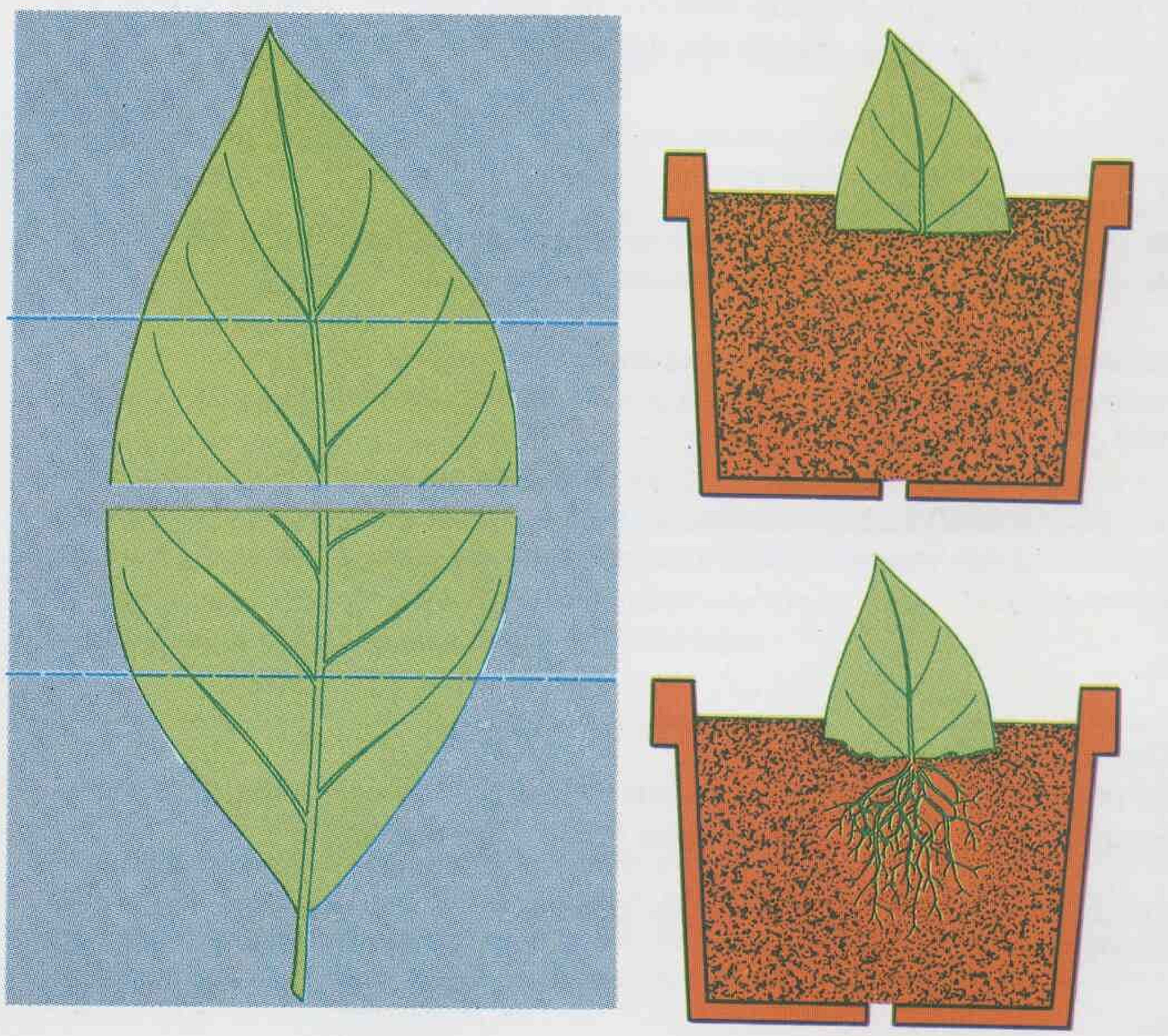
Arriba. División del rizoma. *Este método aprovecha la capacidad que presentan numerosas plantas de reproducirse mediante las partes vegetativas producidas de forma espontánea, separándolas en el momento oportuno.*
Abajo, Esqueje leñoso. *Es el método más sencillo de multiplicación vegetativa. Trozos de ramas jóvenes, plantadas al aire libre aunque en lugares resguardados, producen lentamente raíces. Miden en general de 15 a 40 cm, y se cortan por debajo de un nudo. Se aplica este método a plantas bianuales o perennes (geranio, hortensia, etc.).*





Esqueje foliar. *Método muy practicado para determinadas especies de plantas, principalmente las grasas, portadoras de yemas no aparentes en la lámina foliar. Separada la hoja con el pecíolo, se favorece la aparición de raíces situándola en una maceta con tierra adecuada. Las raíces aparecen en la base del pecíolo. Si las hojas superan los 10 cm de longitud, pueden dividirse en varias partes, cada una de las cuales constituye un esqueje (ej., begonia). (Véase esquema, abajo.)*





RECETAS SENCILLAS E INOCUAS PARA USO DOMÉSTICO

Elixir de quina
Se toma a vasitos como tónico y digestivo.

Corteza de quina 85 g, canela 5 g, clavo de especia 2 g, semillas de anís 2 g, corteza de naranjo 15 g, alcohol de 95° 600 g, agua 1300 g.
Se macera durante 15 días. Se filtra y se añaden al líquido obtenido 1 000 g de azúcar, mezclando bien todos los ingredientes. Se deja reposar durante 24 horas y a continuación se pasa por un filtro de papel.

Vinagre de los cuatro ladrones
Se usa como aspersorio para nebulizar las habitaciones de los enfermos. Posee una intensa acción antiséptica.

Aceite esencial de canela 1 parte, aceite esencial de enebro 1 p., aceite esencial de lavanda 1 p, aceite esencial de menta 1 p, aceite esencial de romero 1 p, aceite esencial de cedro 2 p, aceite esencial de clavo 2 p, alcohol de 95° 440 p, ácido acético diluido 650 p, agua 1900 p.
Se disuelven en el alcohol las distintas esencias y se añade posteriormente la solución de agua y ácido acético. Se deja reposar durante 8 días y a continuación se filtra, quedando dispuesto para el uso.

Agua digestiva espirituosa
Se usa como digestiva en la dosis de una cucharadita disuelta en un poco de agua, y se toma después de cada comida.

Lavanda 10 g, albahaca 10 g, camomila 15 g, melisa 15 g, mejorana 10 g, romero 15 g, menta 10 g, quina 5 g, salvia 20 g, tomillo 5 g, alcohol de 95° 500 g, agua 300 g.
Se maceran todas las especies durante 8 días en el preparado hidroalcohólico, y a continuación se filtra añadiendo 250 g de azúcar, mezclando bien todos los ingredientes. Antes de la toma debe reposar durante 24 horas.

Colutorio a la mirra
Se utiliza disolviento una cucharada del preparado en un vasito de agua. Se usa como colutorio y dentífrico líquido en enjuagues.

Tintura de mirra 50 g, tintura de catecú 30 g, bálsamo del Perú 1 g, alcoholato de melisa 19 g.

Elixir de larga vida
Se utiliza como tónico y estomacal.

Áloe 30 partes, ruibarbo 5 p, genciana 5 p, cálamo aromático 5 p, alcohol de 60° 1000 p.
Se toma a cucharadas o bien disuelto en un poco de agua.

Agua de melisa
Se utiliza en forma de unas pocas gotas disueltas en agua a modo de digestivo, en las cefaleas ocasionadas por una mala digestión.

Melisa 20 g, cáscara de limón 20 g, polvo de nuez moscada 10 g, clavo de especia 5 g, cálamo aromático 5 g, canela 5 g, raíz de angélica 5 g, culantro 5 g, alcohol de 95° 600 g, agua 500 g.
Se deja macerar durante 10 días y a continuación se pasa a través de un filtro de papel. Se deja reposar durante un día, se filtra nuevamente, y ya se encuentra en condiciones para su conservación.

Miel rosada
La dosis es una cucharadita, y está indicada en las estomatitis de los lactantes, en las ronqueras y toses infantiles, y en los dolores de garganta.

Miel 20 partes, pétalos de rosas rojas 4 p, agua hirviendo en cantidad necesaria.
Se sumergen los pétalos en el agua hirviendo y se dejan en maceración durante 24 horas. Se cuela y se añade a 5 partes de este líquido la miel concentrada al bañomaría, hasta alcanzar la densidad requerida.

Agua sin igual
Se utiliza como agua de tocador por su intensa fragancia.

Aceite esencial de bergamota 5 partes, aceite esencial de limón 8 p, aceite esencial de cedro 4 p, alcoholato de romero 126 p, alcohol de 60° 1500 p.
Se deja reposar durante 24 horas y a continuación se filtra. Se conserva en frasquitos oscuros y herméticamente cerrados.

Mezcla a la lavanda
Flores de lavanda 500 g, menta piperita 300 g, romero 100 g, nébeda 50 g, benjuí 30 g, esencia de limón 5 gotas, esencia de lavanda 20 gotas.
La mezcla se mantiene en un recipiente perfectamente cerrado, que se abrirá de vez en cuando para perfumar el ambiente en el que se conserva.

Agua de colonia

Se utiliza como perfume

Aceite esencial de cedro 72 gotas, aceite esencial de limón 72 gotas, aceite esencial de bergamota 28 g, aceite esencial de romero 30 gotas, aceite esencial de melisa 30 gotas, aceite esencial de naranjo 30 gotas, alcohol de 60° 1 litro, tintura de benjuí 3 gotas.

Se deja reposar durante dos días y a continuación se pasa por un filtro de papel.

Mezcla para perfumar el aliento

Anís 10 g, coriandro 10 g, alcaravea 10 g, hinojo 10 g, atarraga 10 g.

Se infunde en una taza de té llena de agua hirviendo una cucharadita de la mezcla, y una vez fría se cuela. Hay que beber lentamente una o dos tazas diarias, después de añadir azúcar.

Cienhierbas

Té 3 hojas, laurel 3 h, limón 3 h, romero 5 h, menta 3 h, 3 clavos de especias, enebro 3 bayas, camomila 3 capullos, canela 1 fragmento.

Se mantiene en infusión durante 5 días en 400 g de alcohol de 95°. Se disuelven 300 g de azúcar en 350 g de agua a fuego lento y se añade el alcohol junto con las hierbas. Se macera durante 2 días, y a continuación se filtra. Es un excelente licor casero.

Leche virginal

Se utiliza como loción blanqueadora de la piel.

Agua de rosas 2 litros, tintura de benjuí 800 g, glicerina 300 g, solución de bórax al 2 % 200 g.

Crema de noche

Aceite de almendras 100 partes, manteca depurada 15 p, cera 10 p, espermaceti 10 p, esencia de rosas 0,5 p.

Desodorante axilar

Se aplica en las axilas a fin de moderar la transpiración y evitar las fermentaciones.

Extracto fluido de avellano 10 g, extracto fluido de nuez 10 g, agua de rosas 50 g, agua de lavanda 50 g, agua de romero 50 g.

Crema para pieles secas

Se utiliza una vez al día untando las manos a fin de conservar la suavidad de la piel.

Linimento óleo calcáreo 30 g, aceite de vaselina 15 g, lanolina 20 g, aceite de almendras 5 g, glicerina 10 g, almidón 5 g, tintura de benjuí 5 g, esencia de rosas en cantidad suficiente.

Odontálgico

Se utiliza en gotas sobre las caries, y desarrolla una acción analgésica casi instantánea.

Creosota 10 g, timol 1 g, tintura de mirra 20 g, esencia de clavo 3 g, esencia de menta 1 g.

Jarabe depurativo de zarzaparrilla

Se utiliza a cucharaditas varias veces al día hasta un máximo de 60 g diarios.

Zarzaparrilla 100 g, guayaco 20 g, sen 15 g, anís 10 g, sasafrás 5 g, alcohol de 60° 100 g.

Se macera durante 36 horas y se filtra. Debe lavarse el residuo con otros 100 g de agua y añadirlo a la tintura. Se pesa y se añade el doble en peso de azúcar, disolviéndolo todo perfectamente.

Tintura contra la anorexia

Tintura de genciana 10 g, tintura de palomo 10 g, tintura de anís 10 g, tintura de quina 10 g.

Verter 10 gotas en un poco de agua antes de las comidas.

Tisana antihelmíntica

Santolina 10 g, corteza de granado 20 g, coralina de Córcega 10 g, tanaceto 20 g, ajenjo 5 g.

Se mezcla y se conserva. Se hace una infusión de 2 cucharaditas de mezcla en 250 g de agua hirviendo hasta que se enfríe. Se filtra. Todo el líquido obtenido hay que beberlo en varias tomas a lo largo del día.

Tisana anticolitis

Hojas de malva 30 g, altea 30 g, semillas de comino 10 g, correhuela 10 g.

Se dejan macerar 3 cucharadas de mezcla durante toda la noche, en medio litro de agua fría. Se filtra por la mañana. Hay que beber una taza al día repartida en varias tomas.

FICHAS

1 ABETO BLANCO

(cat.: *avet;* eusk.: *izai*)

Abies alba

Familia Pináceas.

Descripción Árbol de gran porte, de hasta 40 m de altura, copa piramidal, tallo recto con la corteza casi lisa, grisácea. Las ramas se disponen casi horizontales. Las hojas son aciculares, con dos estrías en la cara inferior, persistentes, dispuestas en dos hileras opuestas sobre el mismo plano. Los amentos amarillos (masculinos) son cilíndricos; los conos (femeninos), verdosos en primavera y pardos al llegar a la madurez, están vueltos hacia arriba. Prefiere los bosques de montaña en toda Europa. Se recolecta en primavera y verano.

Parte utilizadas Yemas, hojas, corteza, resina.

Compuestos químicos Yemas: resina, limoneno, pineno. Hojas: glucósidos, piceína, esencia. Corteza: celulosa, minerales, taninos, flobafeno. Resina: esencia de trementina, ácido abietínico (la esencia de trementina, obtenida por destilación, contiene pineno, alcanfor, felandreno, acetato de borneol, ácido salicílico).

Propiedades Yemas: antiséptica, antibiótica. Hojas: expectorante, sedante bronquial. Corteza: antiséptica, astringente. Resina: balsámica, vulneraria, vasoconstrictora, eupéptica, antiséptica.

Modo de empleo Fumigación, decocción, infusión, inhalación, en polvo, agua destilada, solución de trementina en cápsulas, jarabe.

Nota El abeto blanco es apreciado por su madera ligera y por la corteza, que proporciona excelentes extractos para tenería. A partir de la madera se obtiene, por incisión, la resina de trementina, conocida como trementina de Estrasburgo. Las yemas producen aceite esencial para aromatización de productos de aseo.

---

2 ABETO ROJO

Picea excelsa

Familia Del griego *abios,* mucho tiempo. Árbol de porte elevado, de hasta 50 m, resinoso, con la corteza de color rojo pardo y con ramificaciones dispuestas en plataformas regulares, las ramitas al principio eréctiles y después colgantes. Las hojas, dispuestas en todas direcciones, son lineares y persistentes, dispuestas de modo uniforme sobre los ejes. Existen inflorescencias masculinas y femeninas. Las masculinas, pequeñas, producen polen mientras que las femeninas, en forma de cono, son colgantes, al contrario de las del abeto blanco, y de color rojo, con las escamas caducas. Las semillas están provistas de ala membranosa. Se recolectan en otoño.

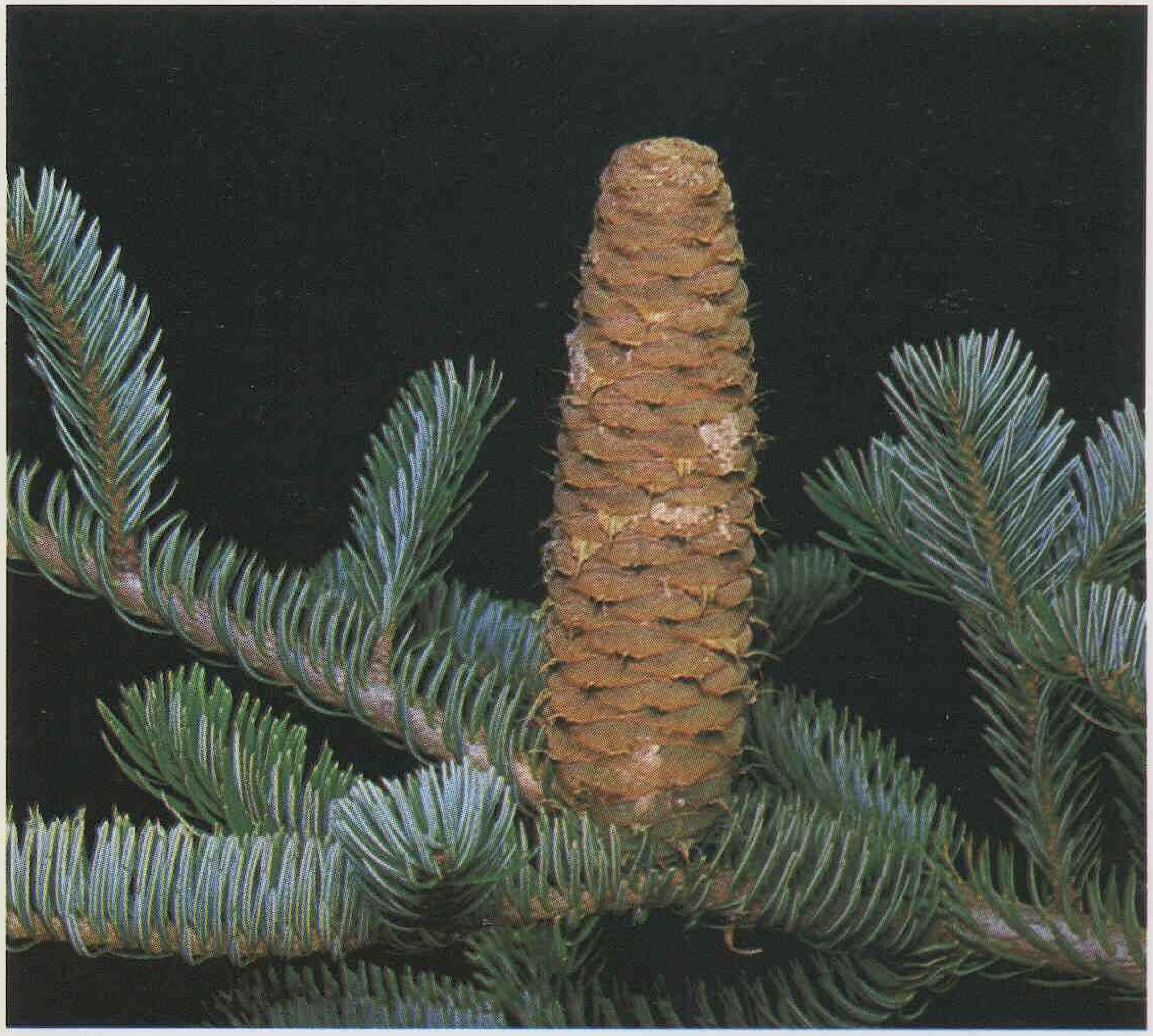
Partes utilizadas Yemas, hojas, resina.

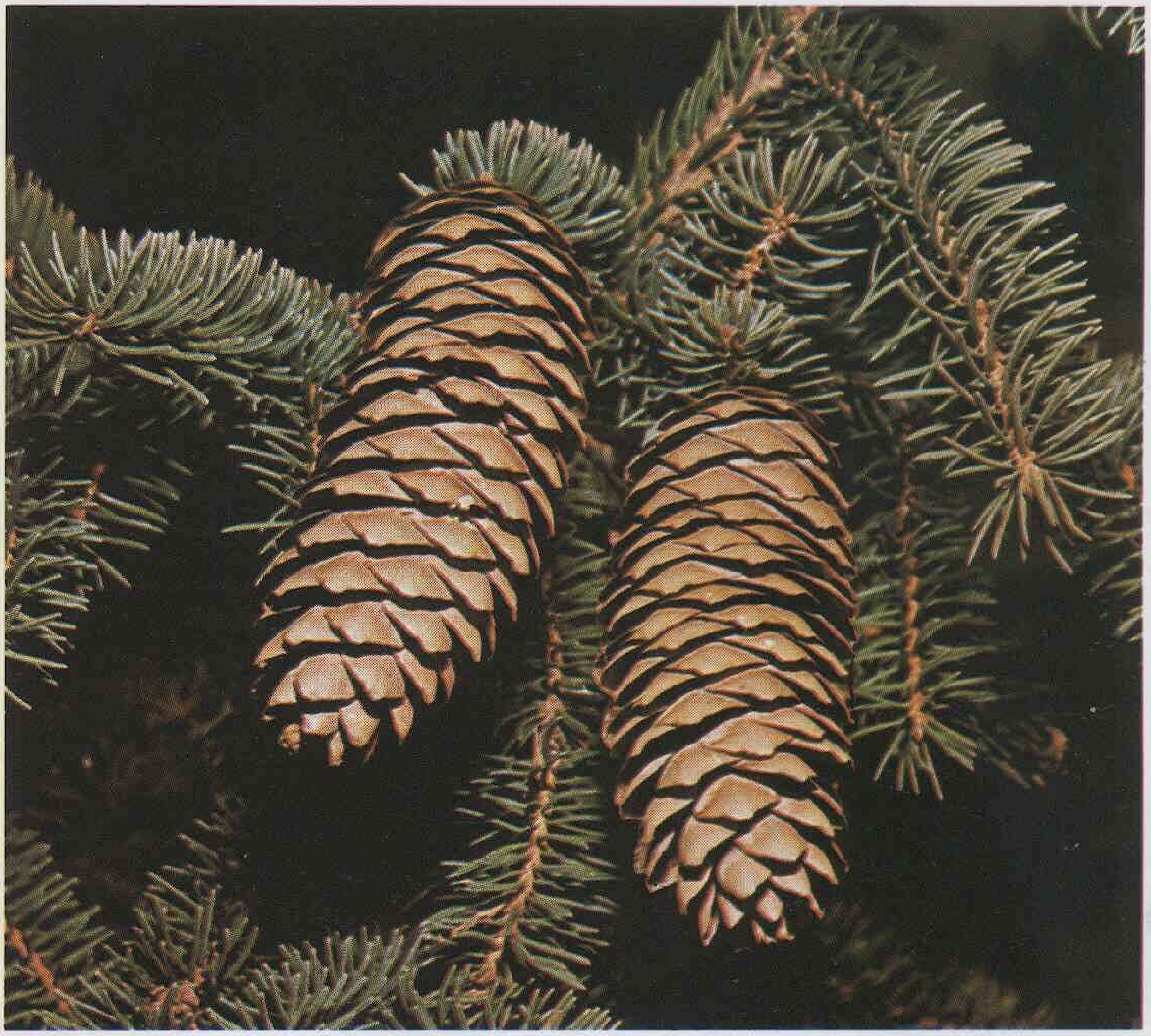
Compuestos químicos Resina: esencia, piceína, flobafeno, tanino. En la esencia se encuentran pineno, felandreno, canfeno y acetato de borneol como compuestos principales.

Propiedades Antiséptica, balsámica, expectorante, sedante, antiflogística, antibiótica.

Modo de empleo En infusión, agua destilada, polvo, ungüento.

Nota A partir de la resina obtenida por incisiones en el tronco se obtiene la «pez de Borgoña». La destilación de la pez produce trementina, que a su vez sirve para la preparación de ungüentos tópicos. De la corteza se obtiene a su vez sustancias tánicas utilizadas en tenería. La madera se usa en ebanistería. Las hojas, por su parte, proporcionan extractos con capacidad bactericida.

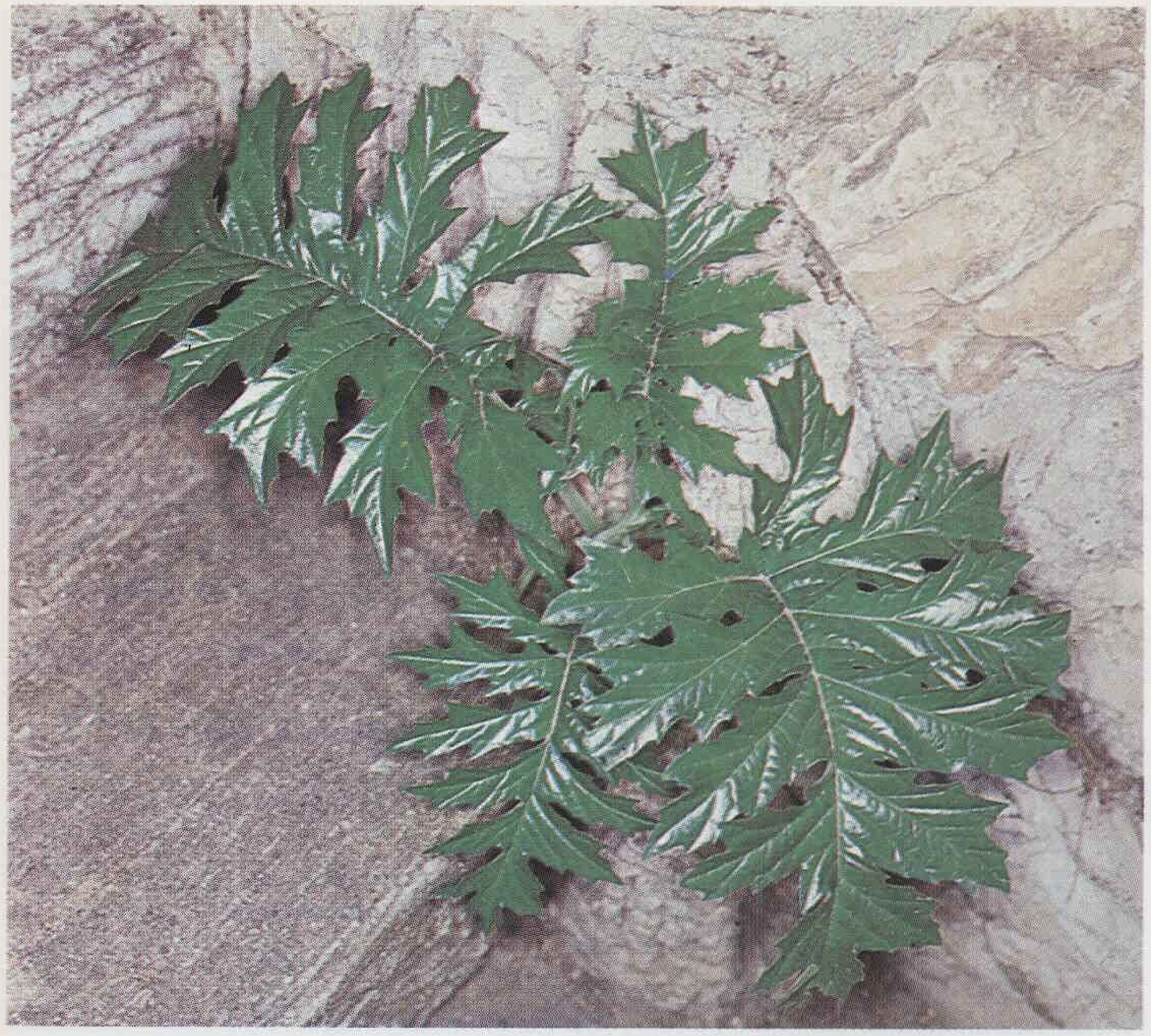




3 ACANTO

(cat.: *acant;* eusk.: *malorri*)
Acanthus mollis

Familia Acantáceas.
Descripción Planta que crece espontánea y que también se cultiva, con raíz axonomorfa ramificada de color negro. El tallo, cilíndrico, es robusto. Las hojas basales son grandes, blandas, profundamente recortadas, de color verde oscuro, brillantes. Las flores hermafroditas se disponen en la base de una bráctea y sobre una espiga terminal pubescente, de color blanco o azulado. La cápsula es dehiscente y las semillas, ovoidales. El tallo puede llegar a medir hasta un metro de altura. Es frecuente en los suelos húmedos de llanura y en los jardines de toda Europa. La planta se recolecta desde primavera a verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, taninos, glúcidos, sustancias pécticas.
Propiedades Emoliente, astringente, vulneraria, colerética.
Modo de empleo Infusión, triturada, extracto fluido.
Nota Las hojas pueden sustituir a la malva por su contenido en mucílagos. Se dice que Calímaco ideó el capitel corintio de acuerdo con la perfecta simetría de una planta de acanto.

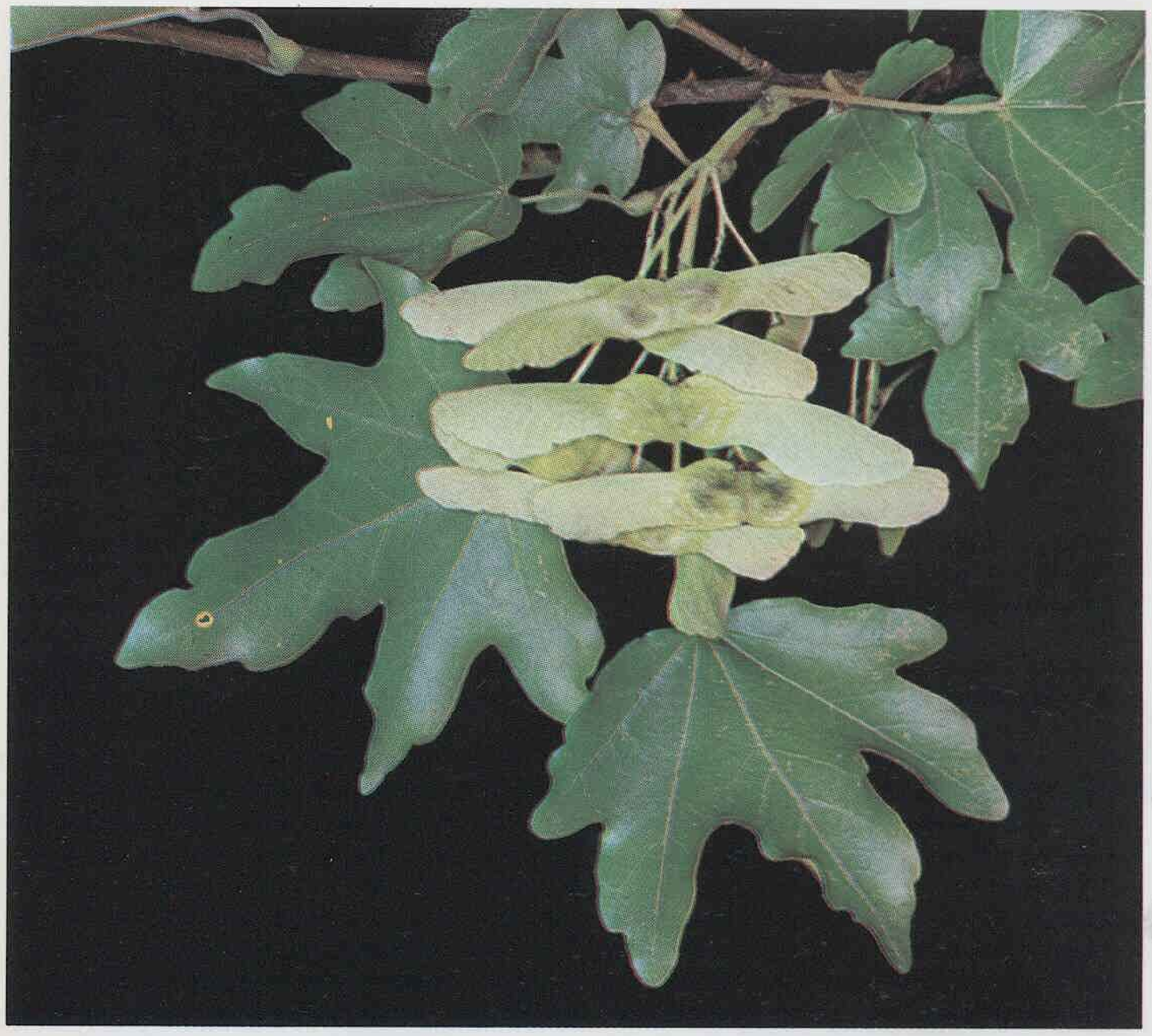


---

4 ARCE MENOR

(cat.: *auró;* eusk.: *astigar*)
Acer campestre

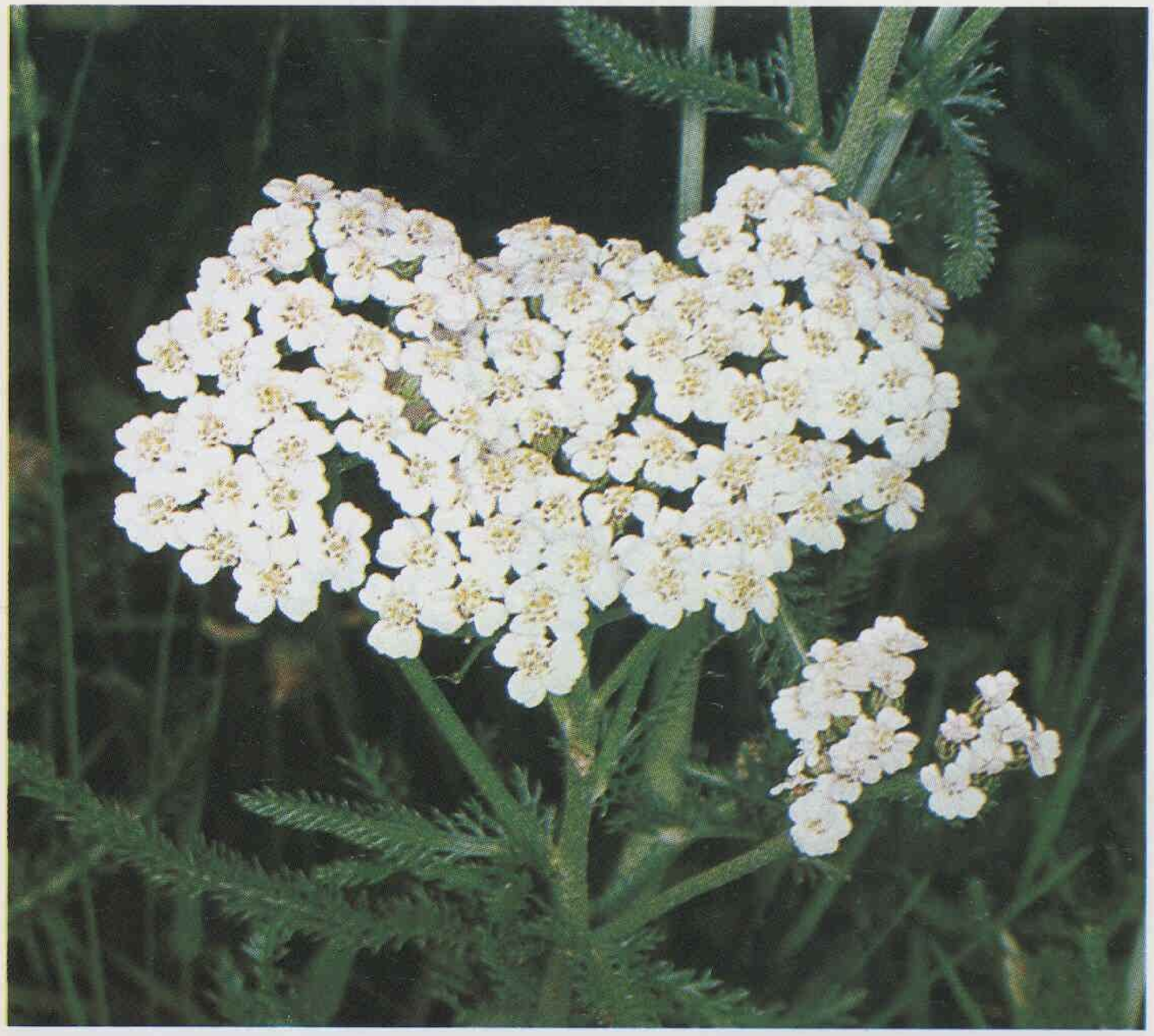
Familia Aceráceas.
Descripción Este árbol puede alcanzar e incluso superar los 15 m, aunque frecuentemente adopta la forma de arbusto, con la corteza rugosa. Las hojas presentan lóbulos obtusos, se disponen en forma opuesta, y son palmeadas, coriáceas, ligeramente tomentosas. Las flores se disponen en corimbos erectos de color amarillo verdoso. El fruto está formado por dos sámaras opuestas que encierran una semilla redonda y aplastada. Crece por doquier, pero prefiere los terrenos calizos, tanto a nivel del mar como montañosos. Se utiliza a menudo como sostén de la vid y se presta para la formación de setos dada la emisión de numerosos propágulos. Para la obtención de hermosos ejemplares es preferible utilizar semillas en lugar de la reproducción vegetativa. Se recolecta en marzo-abril.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Fitosteroles, colina, alantoína, taninos.
Propiedades Astringente, ligeramente anticolesterolémico.
Modo de empleo Decocción.
Nota La corteza se deseca al sol y se conserva en lugar seco. La madera es muy apreciada en carpintería por su fino grano y color muy claro; es resistente al ataque de los insectos. Artificialmente, mediante defoliación, se producen excresencias utilizadas en ebanistería por la presencia de jaspeados. Es una especie melífera y utilizada por lo tanto en apicultura. La especie europea, al igual que la americana, produce una savia azucarada, cuya recogida incide sin embargo en la vitalidad del propio individuo. La acción astringente se aprovecha para usos cosméticos sobre pieles enrojecidas.



5 MILENRAMA o AQUILEA

(cat.: *milfulles;* eusk.: *millorri*)
Achillea millefolium

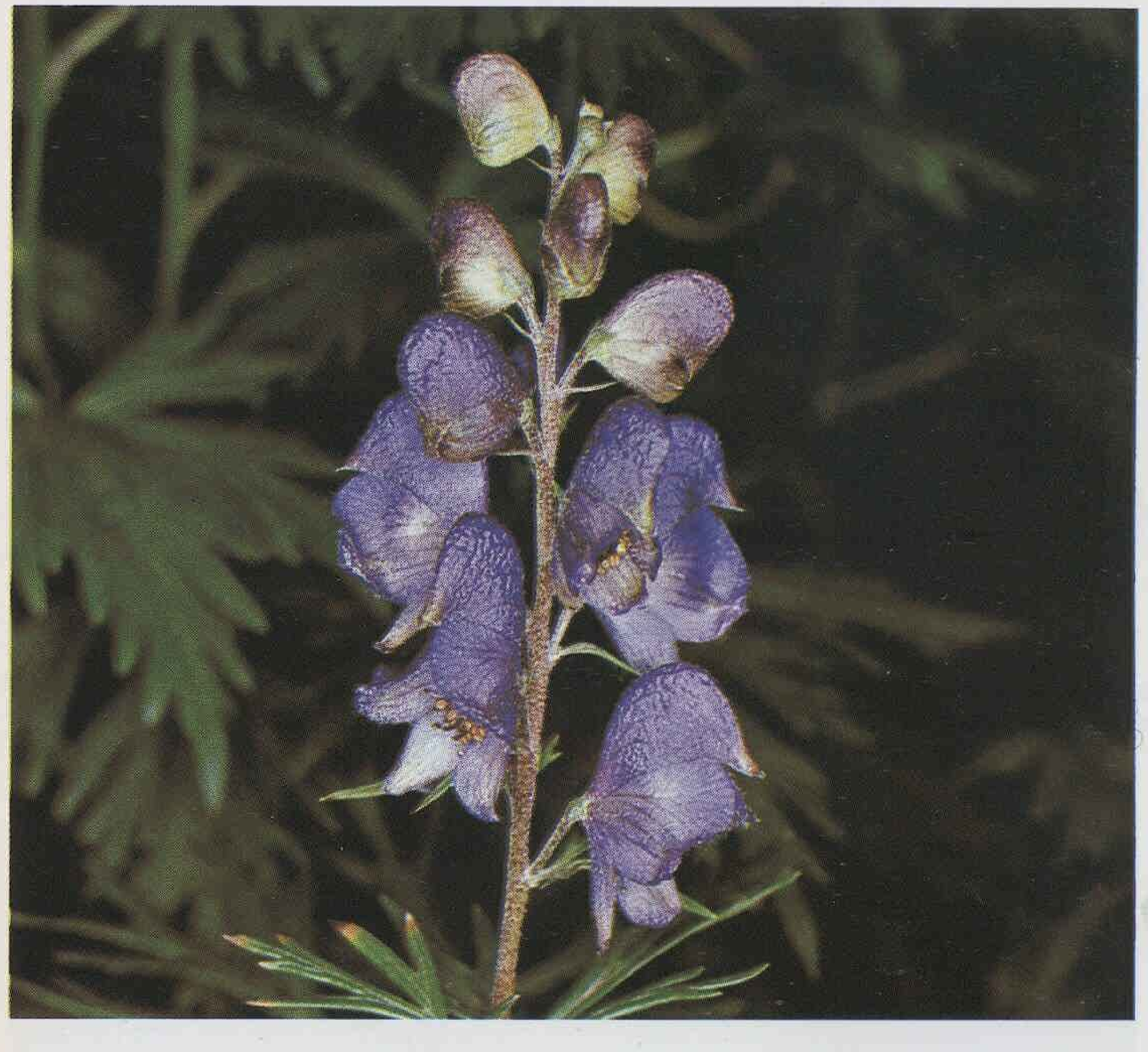
Familia Compuestas.
Descripción De Aquiles, ya que según cuenta la tradición utilizó esta especie para su curación. Planta herbácea rizomatosa, cuyo tallo puede alcanzar un metro de altura, recto, ramificado en la extremidad en la que se sitúan los corimbos con numerosas flores blancas o rosadas. Las hojas son pinnatiosectadas con lacinias muy finas, de color verde, tomentosas en la cara inferior. El receptáculo lleva escamitas de color verde. Los aquenios, casi ovales, están truncados en la extremidad. Común en Europa meridional, Asia, Australia, América del Norte. Crece preferentemente en prados incultos, junto a los caminos, en los prados de llanura hasta un límite de 2.000 m. Las hojas son de tamaño variable, entre algunos centímetros y hasta 20, con una anchura entre 1 y 4 cm. La planta se recolecta entre junio y setiembre.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Aquileína, colina, ácido valeriánico, ácido fórmico, alcohol metílico, esencia compuesta por limoneno, pineno, tuyón, borneol, cineol, azuleno. El rendimiento en esencia es aproximadamente de 0,2 %. La densidad del aceite esencial oscila entre 0,92 y 0,95.
Propiedades Antiespasmódica, emenagoga, cicatrizante, tónica, eupéptica, carminativa.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, jugo.
Nota Se usa en cosmética en forma de agua destilada. Debido a la presencia del azuleno puede utilizarse en lugar de la camomila. Entra a formar parte de numerosos licores. Está contraindicada para el uso de las gestantes. En algunos países se ha utilizado en la fabricación de cerveza.



6 ACÓNITO

(cat.: *acònit;* eusk.: *otseri*)
Aconitum napellus

Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta perenne de raíz axonomorfa, ramificada en tubérculos con numerosas radículas. El tallo puede alcanzar un metro y medio de altura, es rígido y cilíndrico, de color verde y sólo de modo muy ocasional está ramificado. La hoja, de color verde oscuro en la cara superior y blanca en la inferior, es glabra, mientras que las hojas dispuestas debajo de la inflorescencia son pubescentes. Las hojas son además pecioladas, palmeadopartidas, alternas, laciniadas. Las flores hermafroditas, de color azul, se agrupan en una espiga terminal. El cáliz es pentasépalo; el número de pétalos es de 5 a 8. El fruto está compuesto por varios folículos. Las semillas son pequeñas, aplastadas, rugosas. La planta se cultiva como ornamental; espontánea, crece únicamente en los pastos de alta montaña. Se recolecta del verano al otoño.
Partes utilizadas Los tubérculos.
Compuestos químicos Aconitina, mesaconitina, neopelina, hipaconitina, indaconitina, ácido aconítico, ácido málico, ácido acético.
Propiedades Analgésica, sedante, antineurálgica, antirreumática, antidiarreica, béquica en homeopatía.
Modo de empleo Tintura, extracto suave, jarabe, extracto fluido titulado.
Nota Planta muy tóxica. Actúa sobre los centros nerviosos produciendo su parálisis. Los síntomas del envenenamiento se notan por los ardores de lengua, vómitos, dolores abdominales y diarrea. La atropina y la estrofantina actúan como antídotos de urgencia. Las hojas son menos venenosas que los tubérculos.



7 CÁLAMO AROMÁTICO
(cat.: *càlam;* eusk.: *lirin-gorri*)
Acorus calamus

Familia Aráceas.

Descripción Del griego *akoron.* La planta, acuática, procede del sudeste de Asia, pero se ha naturalizado en Europa y América. Las plantas europeas no llegan a fructificar. Se multiplican por división del rizoma. El rizoma es grande y rastrero, cilíndrico, ramificado, con las ramas señaladas por las cicatrices de las hojas caídas. Las hojas pueden rebasar el metro de longitud; sólo miden algunos centímetros de anchura, son ensiformes, con la costilla central sobresaliente en ambas caras. Escapo triangular insertado de forma oblicua sobre el espádice de color amarillo, cilíndrico cónico, cubierto de pequeñísimas flores verdeamarillentas. La espata no rodea el espádice, por lo que se asemeja a una hoja. El fruto es una cápsula roja con un número reducido de semillas ovales. Prefiere los lugares húmedos. La recolección tiene lugar en agosto y setiembre.

Partes utilizadas El rizoma.

Compuestos químicos Acorina, tanino, colina, esencia que contiene asarona, eugenol, pineno. Ácido cetílico y palmítico, vitamina B1. La esencia de color amarillento se hace viscosa con el tiempo y adquiere una densidad de 0,36; el rendimiento en esencia se sitúa entre el 1 y 4 %.

Propiedades Amargo, eupético, antitérmico, emenagogo, ansiolítico, estomacal.

Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido.

Nota El cálamo aromático es muy utilizado para la fabricación de licores y en perfumería, para preparar respectivamente licores amargos y perfumes con fragancia particular; en farmacia se usa en la preparaación de pastas dentífricas. La esencia, que contiene ansarona, posee acción ansiolítica.

8 CULANTRILLO
(cat.: *capil·lera;* eusk.: *garaiska*)
Adiantum capillus-veneris

Familia Polipodiáceas.

Descripción Del griego *adianton.* Helecho perenne, crece espontáneo y cultivado, con rizoma escamoso y con radículas. A partir de aquél se levantan largos pecíolos de color negro y consistencia córnea, delgados como cabellos, y de ahí su nombre vulgar. Las hojas son bi-tripinnadas, delgadas, de color verdeamarillento, lobuladas, dispuestas en abanico y recorridas por numerosas nerviaciones. Los esporangios, de color ocre, se disponen en el margen superior, ligeramente doblado, en soros reniformes. La planta crece espontánea junto a las fuentes, en lugares con goteras, entre las rocas húmedas. Crece en Europa. La plántula puede alcanzar en casos excepcionales un metro de altura, aunque normalmente mide entre 10 y 15 cm. Se recolecta en junio y julio.

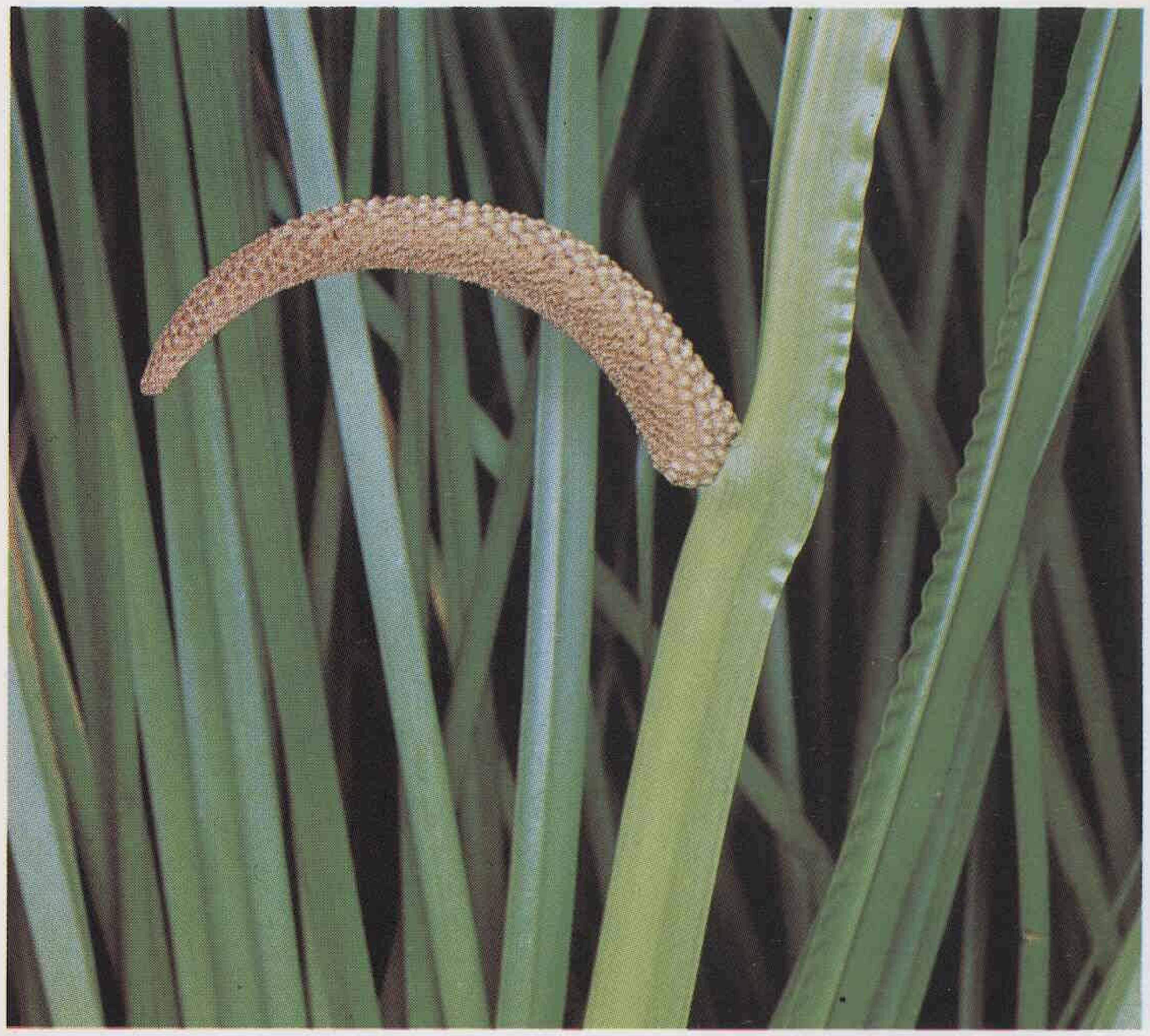
Partes utilizadas Toda la parte aérea.

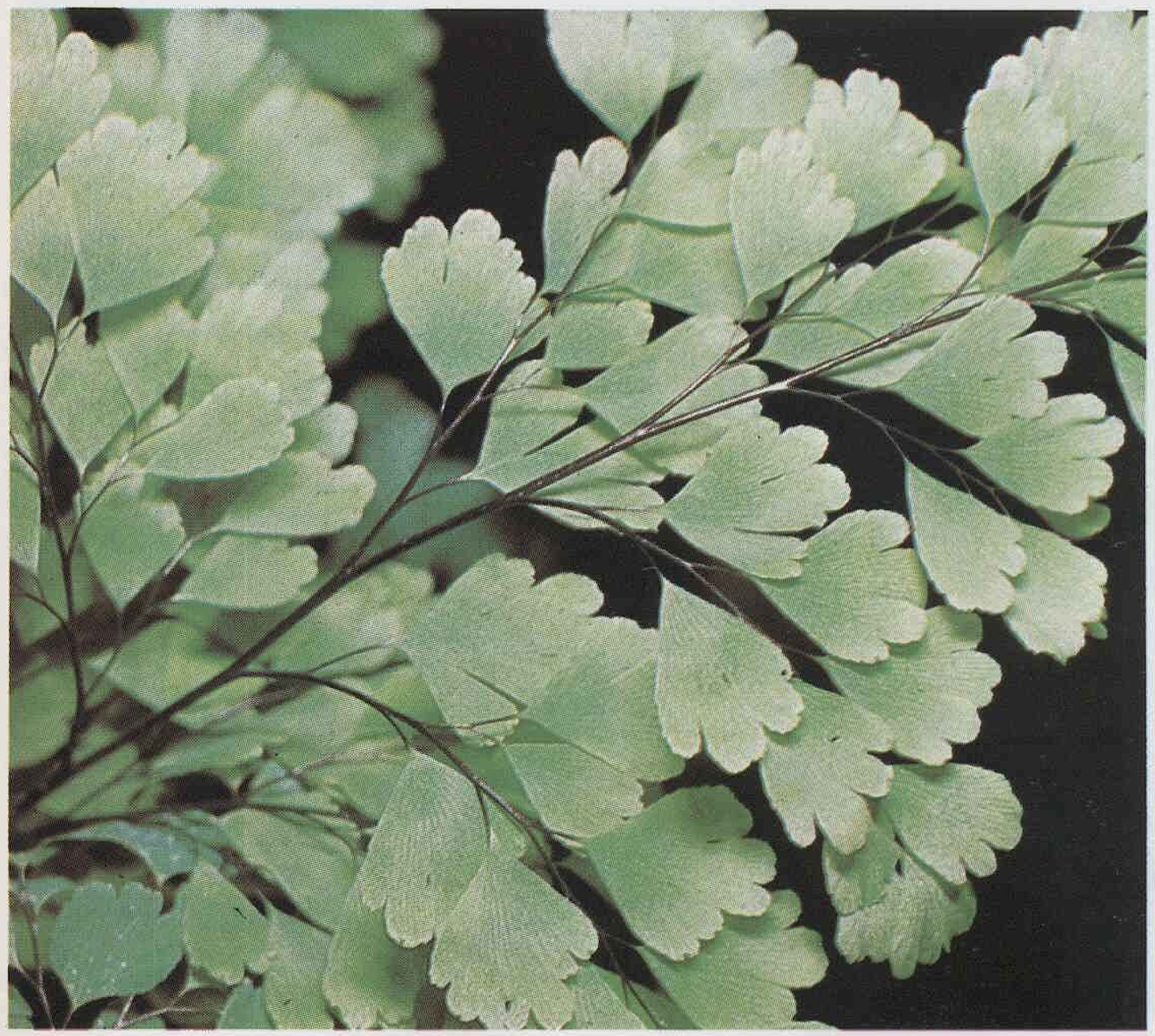
Compuestos químicos Ácidos gálico y tánico, sustancia amarga, aceite esencial, goma, mucílagos. A pesar de desprender un agradable perfume, no puede aprovecharse desde el punto de vista esencial a causa de la baja concentración de aceite.

Propiedades Béquico, expectorante, galactógeno, antifurfuráceo, desintoxicante en los casos de etilismo.

Modo de empleo Infusión, jarabe, extracto fluido, tintura, cataplasma.

Nota La acción galactófena y desintoxicante se debe a compuestos que todavía no han sido aislados. Se supone la presencia de ácido flavaspídico; la tisana, muy sabrosa, no es más que una mezcla de té negro, culantrillo y leche. Según algunos autores posee también una acción diaforética, pero todavía no ha sido demostrada.

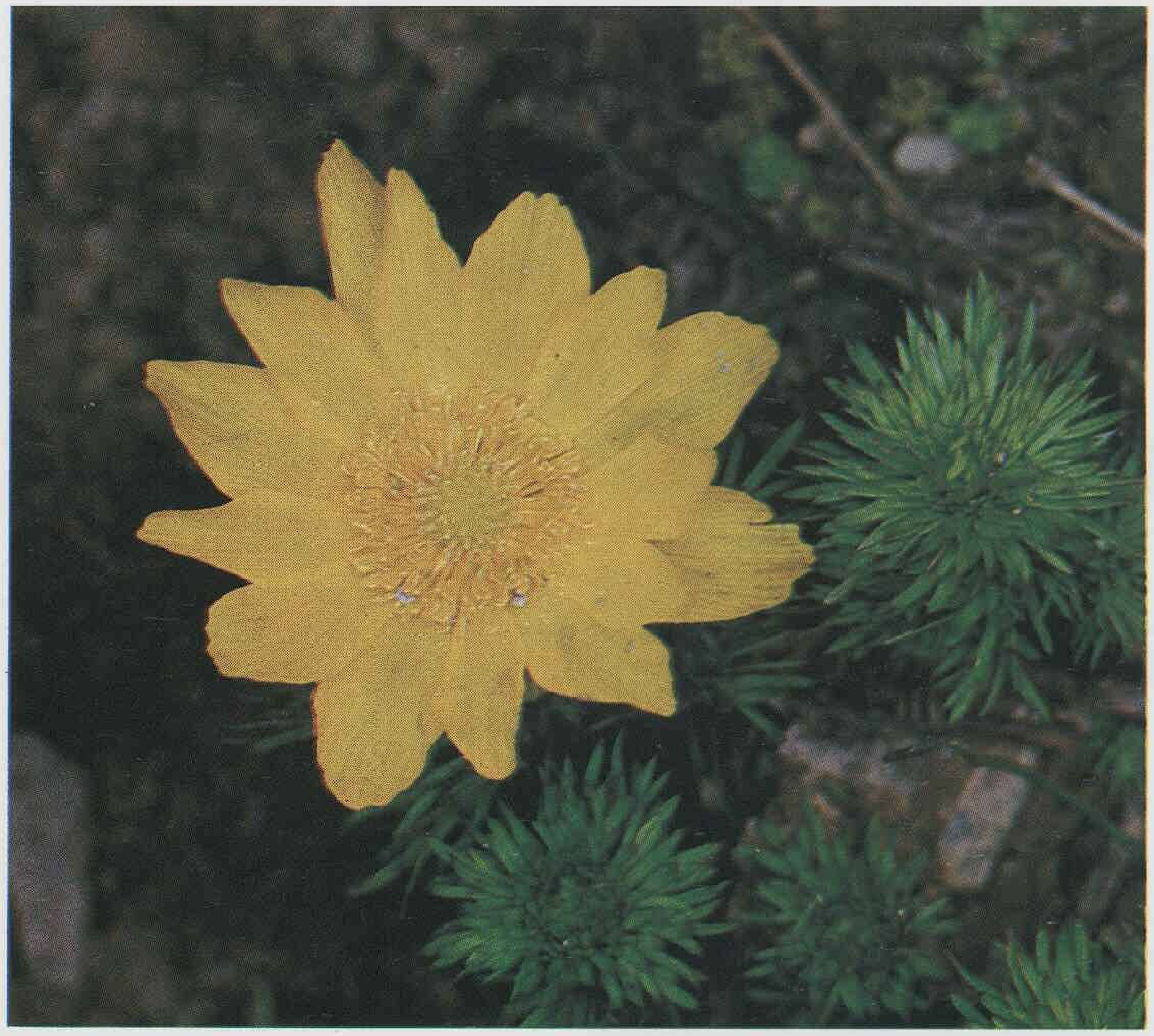




9 ADONIS VERNAL

Adonis vernalis

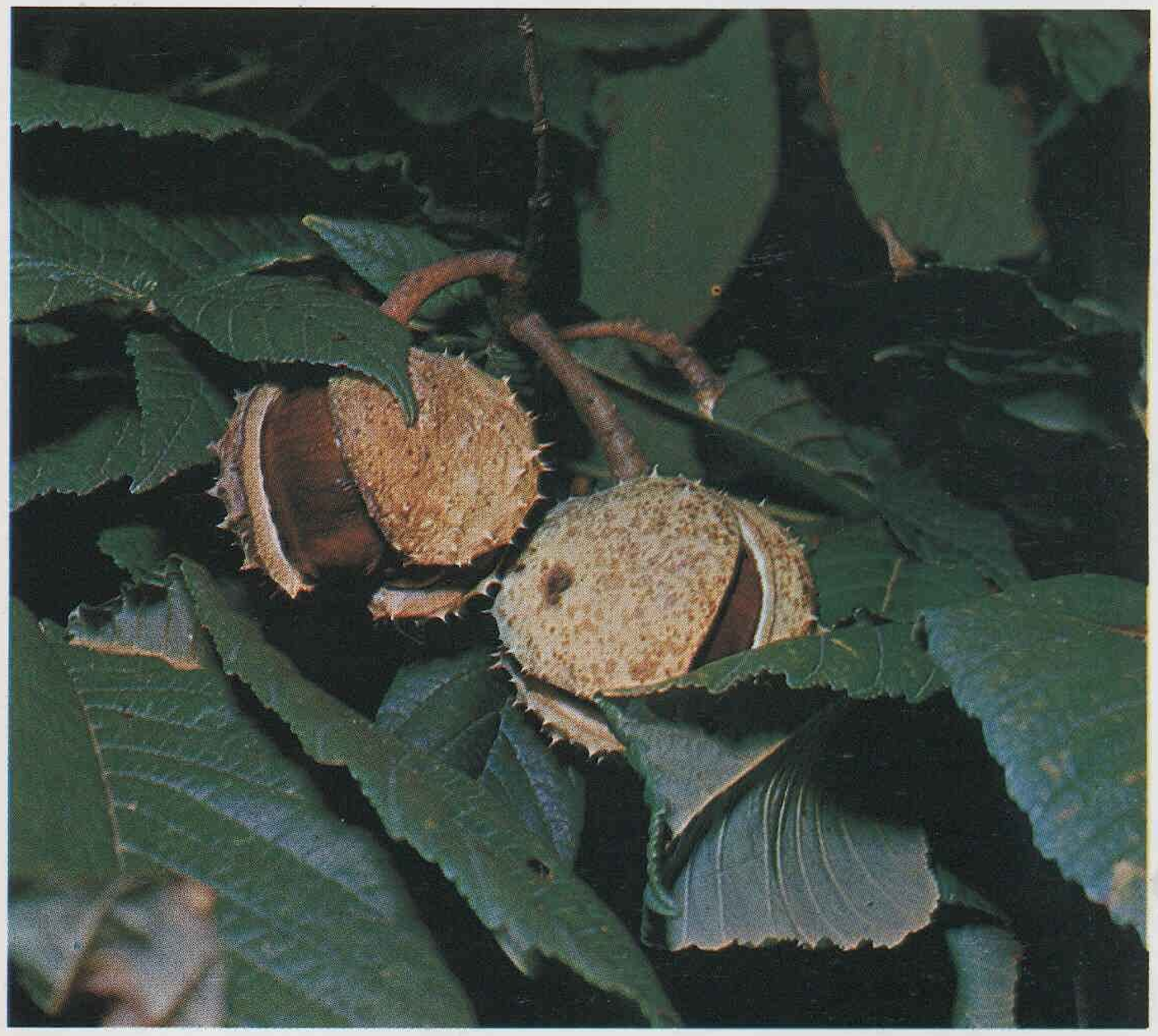
Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta herbácea con el rizoma dividido en numerosas raíces. Tallo simple o ramificado, hojas alternas sésiles o provistas de un pequeño pecíolo, palmadas, muy laciniadas, de color verde claro. Flor única, amarilla, apical. Cáliz pentasépalo y con numerosos pétalos ovado-lanceolados, dentados, amarillos. Los frutos son aquenios pubescentes, verdosos. Mide por término medio 20 cm. Se encuentra en los pastos del sotobosque montano, aunque no es abundante. Se recoge al tercer año en mayo.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Cimarina, adonidina, adonitoxina, proteínas, almidón, colina, resina, adonita, levulosa, ácidos.
Propiedades Cardiotónico, vasoconstrictor, sedante, diurético.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, polvo, tintura.
Nota Los preparados de adonis resultan contraindicados en las cardiopatías, nefritis y aortitis. En los restantes casos deben utilizarse bajo estricto control médico, ya que se trata de una planta altamente tóxica. Es muy escasa y por ello está protegida.



10 CASTAÑO DE INDIAS

(cat.: *castanyer bord;* eusk.: *indi-gaztain*)
Aesculus hippocastanum

Familia Hipocastanáceas.
Descripción Árbol de hasta 25 m de altura, con corteza rugosa, fragmentada, copa espesa. Las hojas son opuestas y presentan un largo pecíolo; palmeado-compuestas, de 5-9 folíolos obovados, agudos, dentados, flores perfumadas, hermafroditas, dispuestas en racimos con el ápice dirigido hacia arriba, de color blanco o blanco rosado. Cáliz tubuloso con 5 lóbulos; corola con cinco pétalos; androceo con siete estambres con los tres inferiores inclinados; gineceo con el ovario con tres lóbulos con estilo simple. El fruto es esferoidal, aculeado, trilocular, contiene una o dos semillas lisas de color marrón con una zona blanca (castaña). La planta procede de la península balcánica, pero ha sido introducida en otros países europeos y se cultiva ampliamente como especie ornamental en parques y carreteras. Se recolecta en verano y otoño.
Partes utilizadas Corteza, pericarpio y semillas.
Compuestos químicos Corteza: esculina, fraxina, tanino. Pericarpio: aceite etéreo, saponina, pectina, potasio, calcio, fósforo. Semillas: fitosterol, almidón, azúcar, ácidos linoleico, palmítico y esteárico.
Propiedades Corteza: astringente, vasoconstrictora y antitérmica. Pericarpio: vasoconstrictor periférico. Semillas: tónicas, descongestionantes.
Modo de empleo Decocción, polvo, tintura, enolito, liparolito, extracto fluido, seco; supositorios, empastre harinoso.
Nota El castaño de Indias proporciona una fécula comestible. Las semillas, después de su torrefacción, se usan como sucedáneo del café.



11 AGRIMONIA

(cat.: *agrimònia;* eusk.: *latxaski*)
Agrimonia eupatoria

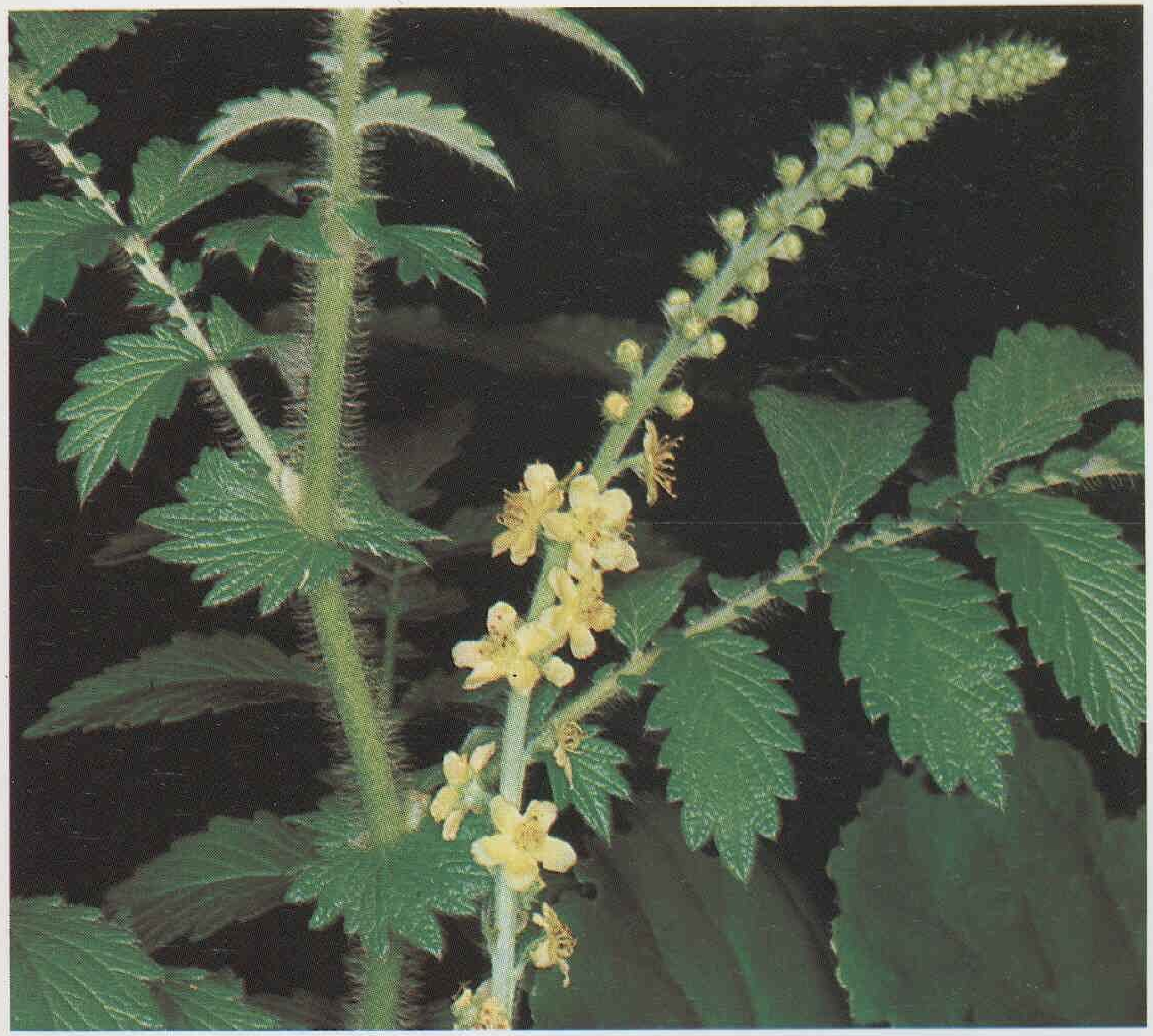
Familia Rosáceas.
Descripción Su etimología procede del griego *arghemon,* albugo, enfermedad curable por la planta; y del latín *agri-moenia,* defensa del campo, ya que crece preferentemente en los límites de las zonas cultivadas, y también de Mitrídates Eupátor, que parece que la utilizó como antídoto. Hierba perenne, muy tomentosa, provista de un pequeño rizoma repente, con muchas radículas. Tallo erecto, casi siempre simple, surcado. Las hojas son alternas, las radicales muy apretadas y dispuestas en roseta, mientras que las superiores son más escasas, pinnadas, con el limbo dentado y ovales. En las axilas se disponen estípulas hendidas. Flores amarillas en espigas terminales, que florecen de abajo arriba. Los sépalos son triangulares y los pétalos obovados. Los frutos están formados por dos aquenios con un cono provisto de pelos uncinados. Común en los campos sin cultivar, al borde de los caminos, en los escombros. Se recolecta en setiembre. La planta puede alcanzar un metro de altura.
Partes utilizadas Toda la planta a excepción del rizoma.
Compuestos químicos Tanino, fitosterina, eupatorina, vitamina C y K, esencia.
Propiedades Astringente, vulneraria, colagoga, antiafónica.
Modo de empleo Infusión, enolito, jarabe, tintura.
Nota La planta aplastada se utiliza para hacer cataplasmas y suele emplearse en veterinaria. Al desecarse pierde el ligero olor aromático que la acompaña.

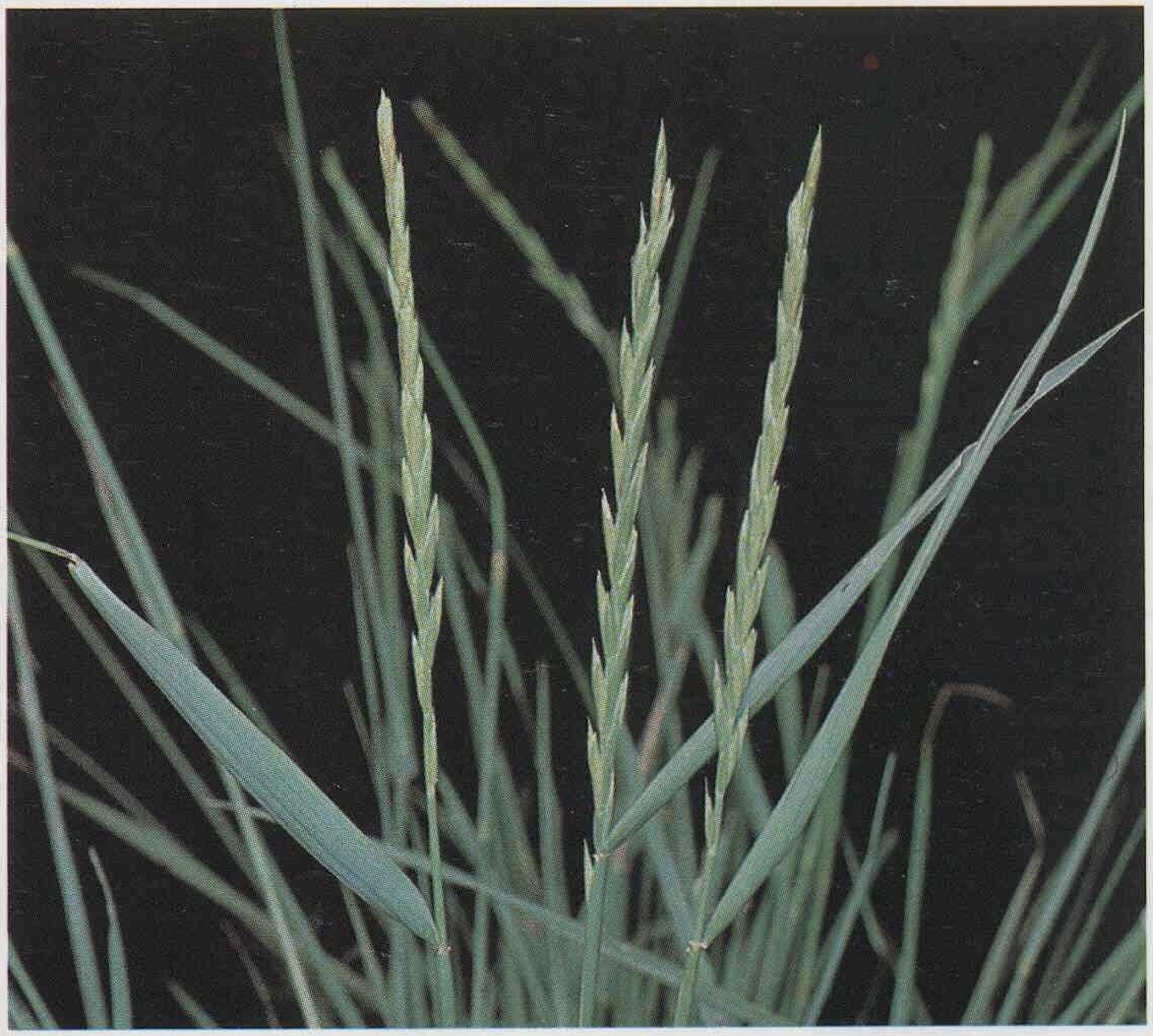
---

12 GRAMA DE LAS BOTICAS

(cat.: *agram prim;* eusk.: *aski*)
Agropyrum repens

Familia Gramíneas.
Descripción Planta infestante, con rizoma rastrero, delgado, coriáceo, con abundantes radículas estoloníferas. Culmos escasos, glabros, estériles y fértiles. Hojas delgadas, lineares, ligeramente dentadas, tomentosas, con una corta lígula en el punto de unión al culmo. Flores en espigas terminales en número de 4 a 9, desde la primavera hasta el otoño, dos estambres, tres estigmas. Cariópside oval oblongo. La planta prefiere los terrenos áridos incultos, especialmente los de llanura; se recolecta durante todo el año. Puede alcanzar 20 cm.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Almidón, mucílagos, levulosa, manitol, fructosa, saponina, poca esencia, triticina; las cenizas presentan abundante silicio.
Propiedades Diurética, emoliente, litóntrica, antiflogística.
Modo de empleo Extracto fluido, blando, seco, tintura, jarabe.
Nota La planta, además de sus usos fitoterápicos, se emplea a nivel familiar para la elaboración de cerveza, aprovechando el almidón y los enzimas presentes en el rizoma. Además, se emplea también como comestible en primavera, aprovechando para ello los renuevos jóvenes en ensaladas mixtas. En algunos lugares se emplea la harina de las semillas para uso zootécnico; se ha intentado además, en época de carestía, aprovecharla para la recuperación del azúcar. El rizoma se deseca, después de su limpieza, en lugar cálido y umbrío, y la conservación se lleva a cabo en lugares secos para evitar la germinación.





13 AILANTO

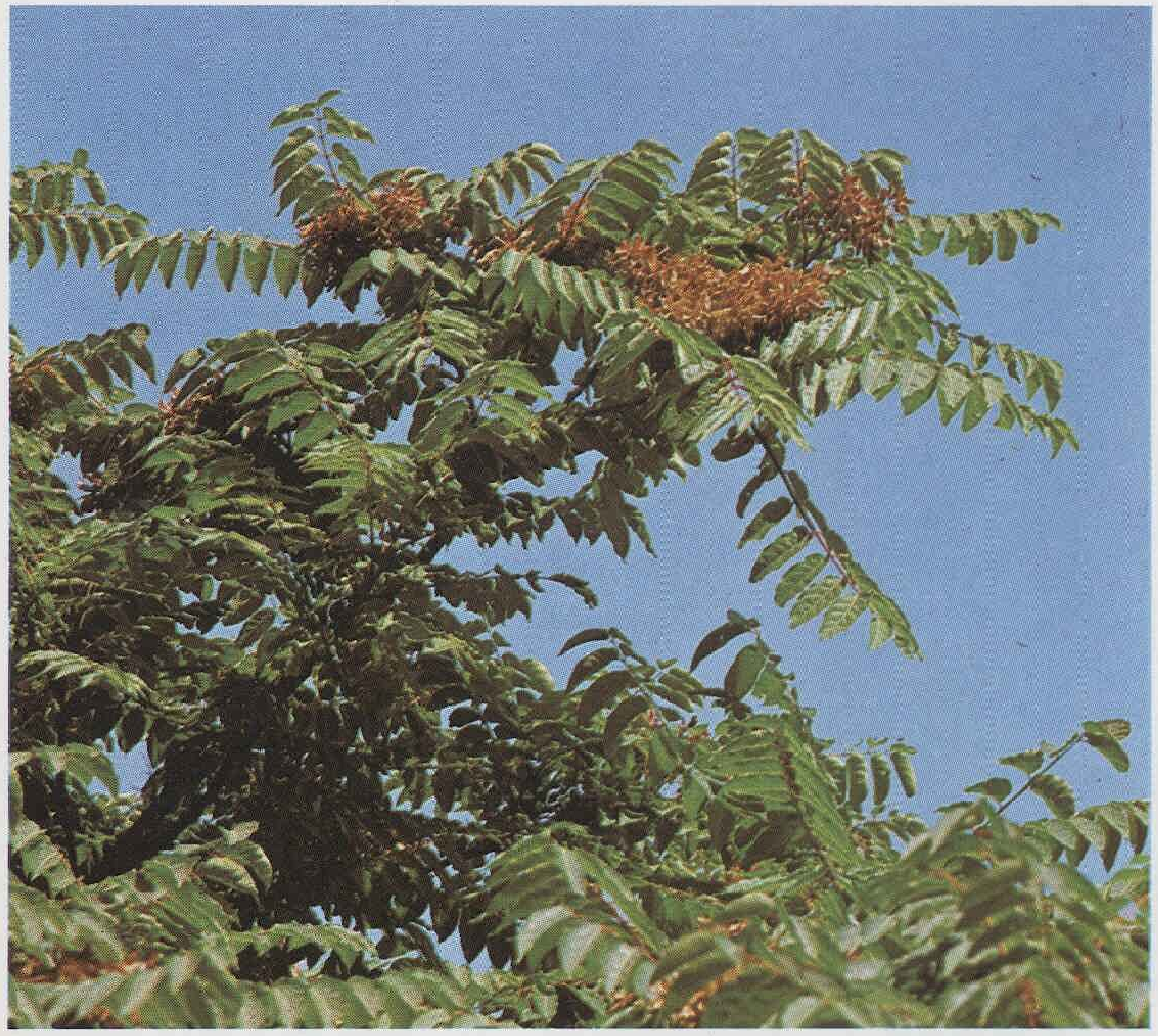
(cat.: *ailant*)
Ailanthus altissima

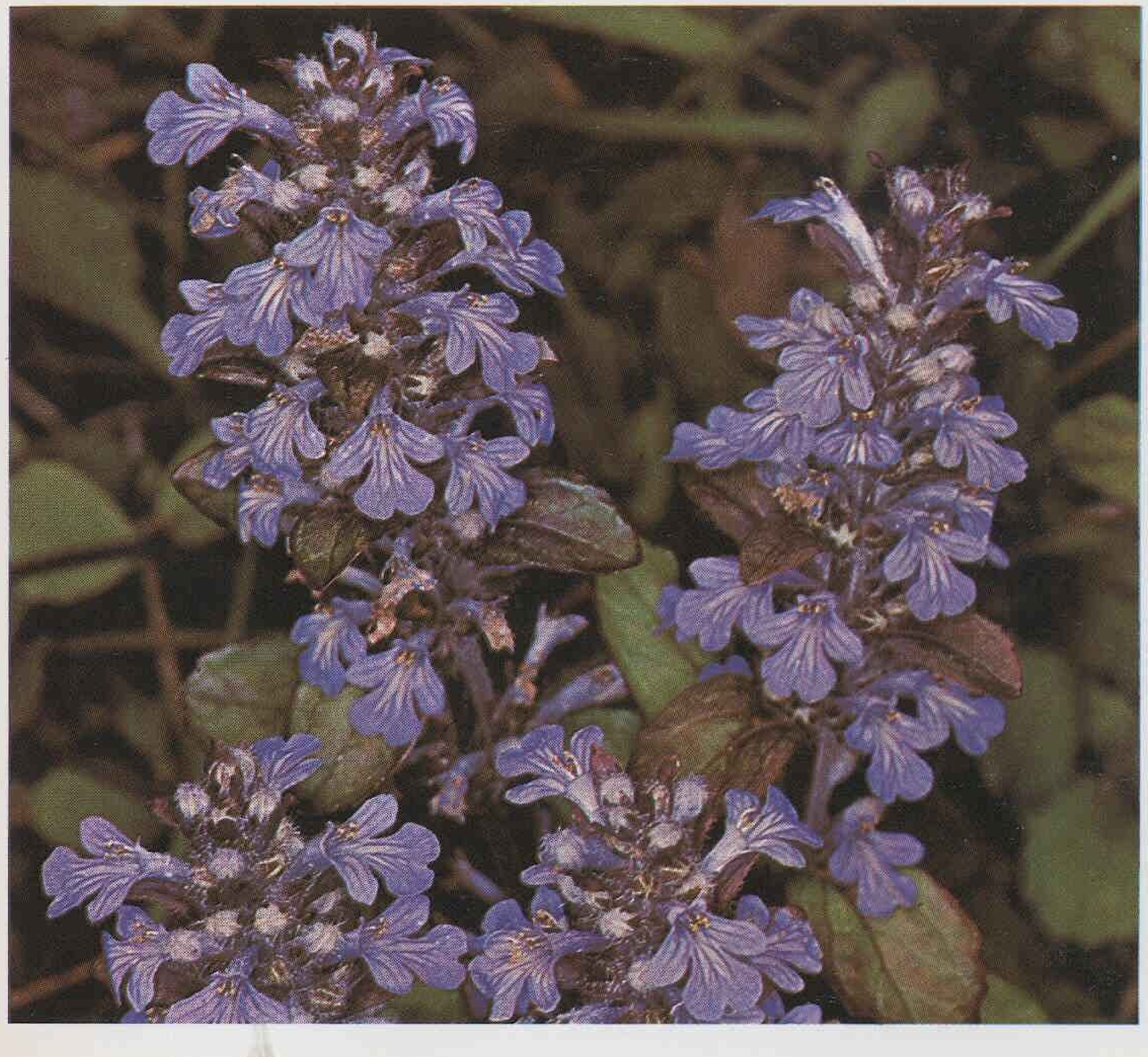
Familia Simarubáceas.
Descripción Árbol de corteza grisácea, de hasta 20 m de altura, con lenticelas blanquecinas. Las hojas son imparipinnadas y presentan hasta 12 folíolos lanceolados. Flores pequeñas, provistas de pequeñas bracteolas en mazorcas terminales, de mayo a julio. El cáliz es corto, con los lóbulos en teja; corola pentapétala de color verdoso. Androceo con diez estambres y antera con un lóculo doble. Gineceo formado por cuatro carpelos sostenidos por un corto estilo. El fruto es una sámara membranosa que contiene una semilla aplastada. La planta desprende un olor desagradable. Crece naturalizada en campos y jardines. La planta procede de China y la recolección tiene lugar en primavera.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Glucósidos todavía no estudiados, resina, esencia acre, taninos, mucílagos.
Propiedades Astringente, antihelmíntico, antidiarreico, rubefacente, emético.
Modo de empleo Polvos, extracto fluido, infusión, cataplasma.
Nota Las hojas se han usado como sustancia colorante para el tratamiento de la lana (teñido en amarillo) y para la fabricación de papel, dada la elevada cantidad de celulosa contenida. La especie fue introducida para desarrollar la industria de la seda, aunque no sirvió para este fin. Sin embargo, el ailanto se extendió con una facilidad sorprendente. Debe actuarse con prudencia en relación con su empleo por vía interna, ya que aún no ha sido suficientemente experimentado. Una dosis excesiva tiene en primer lugar acción purgante y después emética.

14 BÚGULA

(cat.: *búgula;* eusk.: *kirtagorri*)
Ajuga reptans

Familia Labiadas.
Descripción Planta perenne, estolonífera, tomentosa, de aproximadamente 30 cm de altura. El rizoma es corto, con numerosos estolones que se inician a partir del cuello. Las hojas basales, en roseta, poseen forma ovalada, estrechándose a nivel del pecíolo. El margen está ligeramente dentado. Las hojas caulinares son más pequeñas y casi apecioladas; en el vértice se reducen en brácteas ocasionalmente coloreadas. Las flores se agrupan en racimos de color azul violáceo, arrancando a partir de la axila de la bráctea. El cáliz es pentadentado. La corola tubular posee dos labios: el inferior está muy desarrollado en relación al superior. El fruto está formado por cuatro aquenios rugosos. Esta especie se localiza con relativa facilidad en las zonas montañosas y en los prados con hierba y húmedos.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Taninos, saponina, sales orgánicas.
Propiedades Astringente, vulneraria.
Modo de empleo Compresas, lavajes, liparolitos.
Nota La planta se utiliza preferentemente en usos externos. Los propágulos jóvenes se consumen en ensaladas. Se recoge también como forraje para los bovinos. Es un remedio homeopático muy utilizado en distintas dinamizaciones contra diversas irritaciones y, sobre todo, en las ulceraciones de la cavidad bucal.





15 PIE DE LEÓN

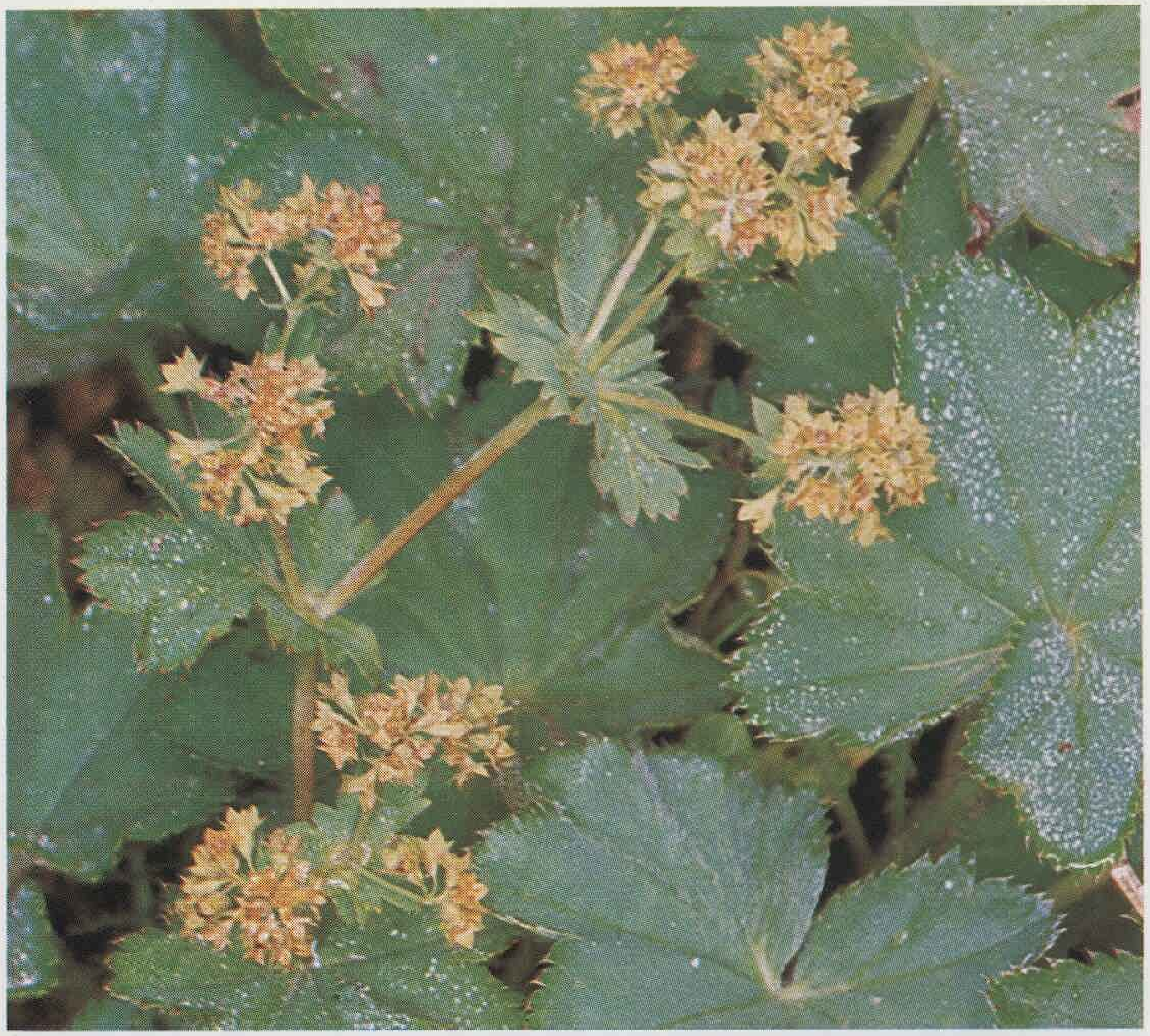
(cat.: *peu de lleó;* eusk.: *tuisar*)
Alchemilla vulgaris

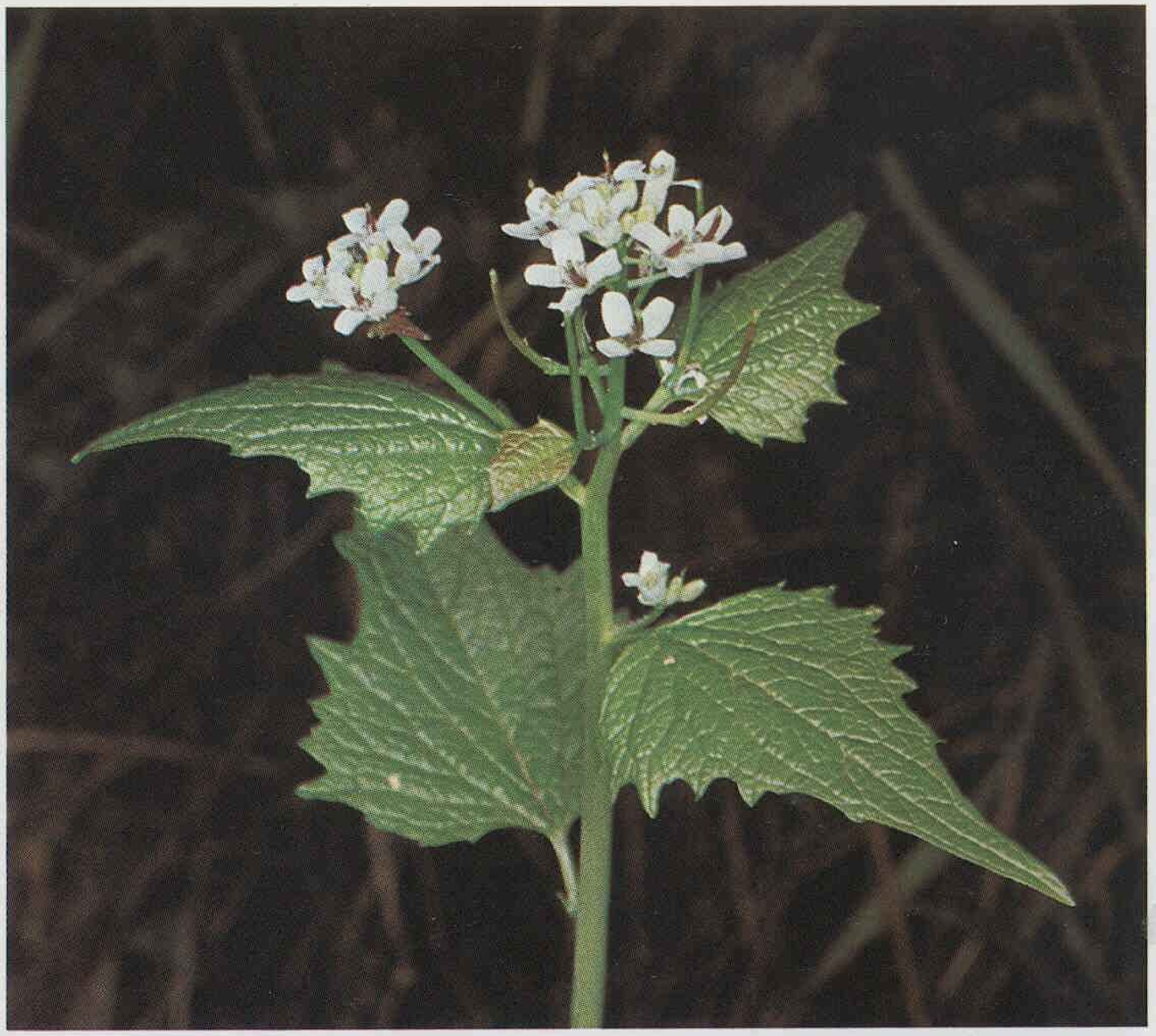
Familia Rosáceas.
Descripción De *alchemia,* por utilizarse en diversas operaciones de alquimia. Planta herbácea provista de un rizoma oblicuo con raíces. Las hojas, de forma reniforme, están finamente plegadas en abanico, dispuestas en roseta. Las hojas radicales poseen un largo pecíolo, lo que las diferencia de las caulinares. Las estípulas son amplexicaules. Las flores, muy pequeñas, de color verdeamarillento, carecen de corola; poseen de dos a cuatro estambres. La planta mide de 10 a 30 cm de altura; prefiere los lugares húmedos montanos. La recolección tiene lugar en verano y la desecación se realiza a la sombra.
Partes utilizadas Las hojas sin pecíolo.
Compuestos químicos Taninos, ácido salicílico, fitosterol, saponina, ácido palmítico, ácido esteárico.
Propiedades Astringente, diurético, tónico, vulnerario, hemostático, calmante, antirreumático.
Modo de empleo Infusión, decocción, extracto fluido, tintura.
Nota La especie, además de su uso fitoterápico, se aprovecha industrialmente para la preparación del té suizo. En algunas poblaciones de montaña las hojas se utilizan en ensalada conjuntamente con las de otras especies. Ha dado buenos resultados en su uso forrajero, determinando en las vacas una mayor abundancia en la producción de leche y dando lugar a un queso de gusto particular. Leclerc ha descrito su carácter medicinal contra los pruritos vulvares, así como su capacidad de cortar los resfriados a partir del primer momento, debido probablemente al elevado contenido de taninos.

16 ALIARIA

(cat.: *allìària;* eusk.: *baratxuri-belar*)
Alliaria officinalis

Familia Crucíferas.
Descripción Del latín *allium,* a causa del olor desprendido por la planta. Planta herbácea anual, glabra, de olor aliáceo. Las hojas inferiores son muy pecioladas, escasamente las restantes, acorazonadas ovaladas, dentadas. Tallo cilíndrico rígido, de 20 a 70 cm de altura. Inflorescencia en racimo corimboso. Flores blancas. Fruto en silicua erecta que mide más de 5 cm. Las semillas están estriadas y son negras. La planta elige los lugares incultos y húmedos, los huertos tanto de la llanura como de la colina. Se distribuye por Europa, Australia y África. La planta entera se recolecta en agosto.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Esencia con azufre que bajo la acción de la mirosina, presente también en las semillas, determina la producción de sulfato de alila. Pectina, sinigrina, carotina.
Propiedades Anticatarral, vermífuga, antiescorbútica, antiasmática, antiséptica, vulneraria.
Modo de empleo Jugo, decocción.
Nota La planta se utilizaba antiguamente para la obtención de un tinte amarillo de tonalidad particular. Las hojas tiernas se usan mezcladas en ensaladas para proporcionar el gusto del ajo.





17 CEBOLLA

(cat.: *ceba;* eusk.: *kipula*)
Allium cepa

Familia Liliáceas.
Descripción Planta con raíz bulbosa con escamas carnosas, estratificadas, recubiertas por una túnica de color blanco, amarillo o violáceo. El escapo erecto es fistuloso, posee un ensanchamiento en la base y puede alcanzar un metro de altura. Las hojas, casi cilíndricas o ligeramente aplastadas, fistulosas, presentan la superficie glabra. Las flores se reúnen en inflorescencia con los tépalos de color blanco y púrpura. El fruto es una cápsula con tres lóculos y las semillas son de color negro, planas. Muy común en los huertos. Procede del Próximo Oriente.
Partes utilizadas El bulbo.
Compuestos químicos Aceite esencial que contiene bisulfuro de alilpropilo, azúcar, inulina, quercitina, calcio, flavonoides. La destilación produce un rendimiento del 0,015 %.
Propiedades Diurética, antibiótica, hipoglucemizante, hipotensiva, declorurante, antiinflamatoria, antitérmica, antihelmíntica, antiesclerótica, antálgica, antineurálgica, expectorante, antirreumática, califuga, cosmética.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, cataplasma, liparolito, enolito, jugo.
Nota El jugo previene el óxido y pule el cobre y el vidrio. Si se aspira a través de la nariz detiene algunas crisis histéricas. Al friccionarse sobre la piel favorece el crecimiento de los pelos; suministrada a gotas en el conducto auditivo disminuye la sordera; elimina las pecas; alivia el dolor en las picaduras de insectos; aplicada sobre la piel aleja los mosquitos y favorece la cicatrización de las heridas.

18 AJO COMÚN

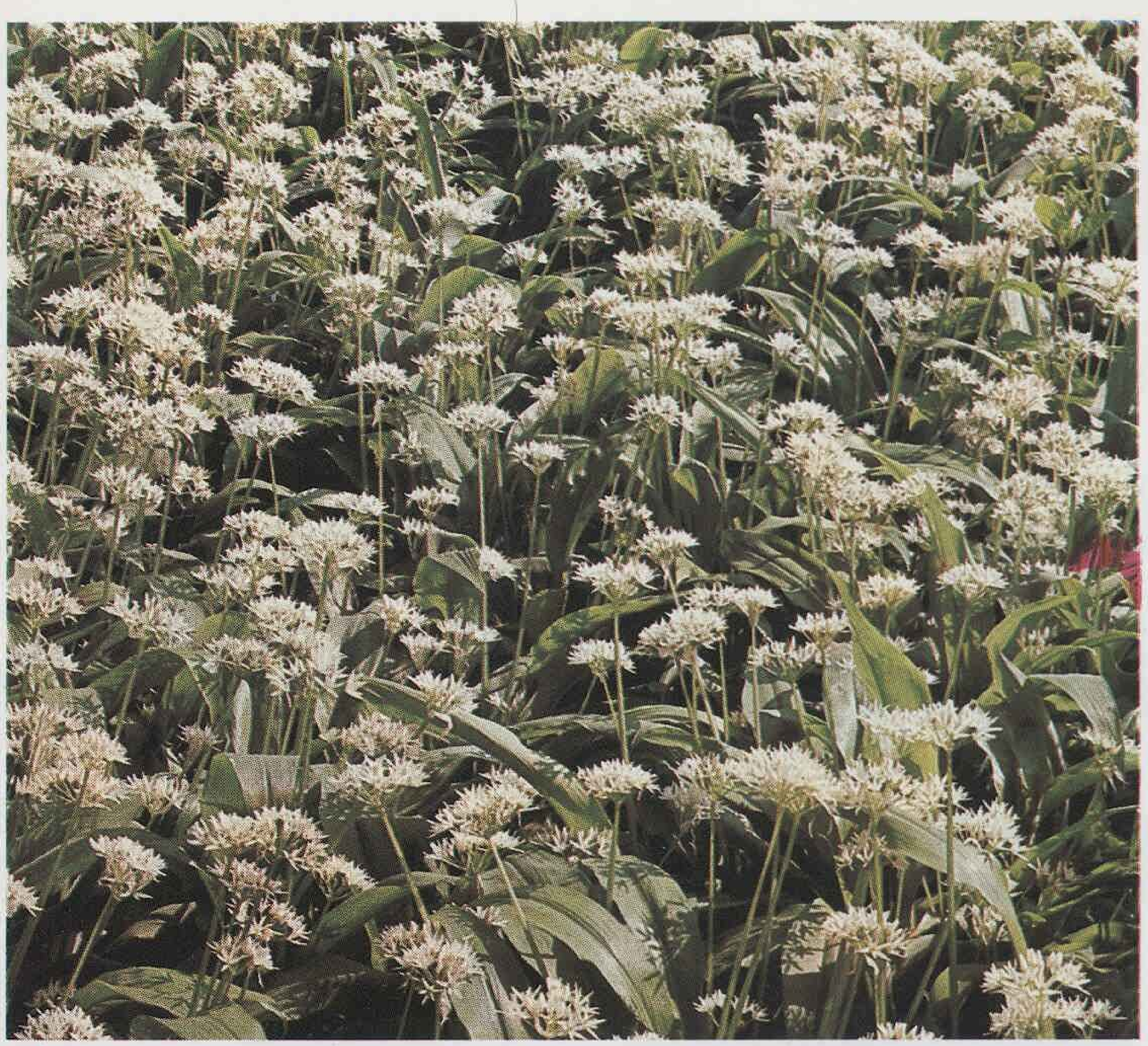
(cat.: *all;* eusk.: *baratxuri*)
Allium sativum

Familia Liliáceas.
Descripción Del celta *al,* cáustico. Planta herbácea bulbosa, de aproximadamente un metro de altura, muy conocida. Raíz en bulbo compuesto de 8 a 10 bulbillos arqueados (dientes). El escapo es erecto y fistuloso. Las hojas basales son envainantes, acintadas, puntiagudas; las caulinares, planas y fistulosas. Las flores, blancas en umbela terminal, están mezcladas con bulbillos violáceos encerrados, después de la floración, en una espata. El fruto es una cápsula trilocular y las semillas son trígonas. Se recolecta en julio y agosto.
Partes utilizadas Los dientes del bulbo.
Compuestos químicos Aliina, aliinasa, aliicina (antibiótico), inulina, vitamina A, B, C, esencia. La planta produce, por destilación, como término medio, 0,25 % de aceite esencial.
Propiedades Antibiótica, hipoglucemizante, hipotensiva, antihelmíntica, carminativa, desinfectante intestinal, antirreumática, coricida, balsámica, antimalárica, rubefaciente.
Modo de empleo Tintura, extracto fluido y suave, ungüento, cataplasma.
Nota El jugo neutraliza el veneno de los insectos y los mantiene alejados; permite horadar el vidrio. Los bulbos se han considerado siempre como fortificantes. Si se suministra mezclado con la alimentación de las gallinas incrementa la puesta de huevos, y dispuesto entre la fruta retarda su maduración. Se han citado propiedades anticancerígenas; la pulpa del bulbo, introducido en los dientes con caries, detiene el dolor; frotado detrás de la oreja disminuye el dolor de las neuralgias en el trigémino; introducida en la oreja, modifica las otalgias reumáticas.

19 AJO DE OSO

(cat.: *all d'ós*)
Allium ursinum

Familia Liliáceas.
Distribución Hierba perenne con el bulbo de color blanco portador de un escapo floral. Las hojas parten del mismo bulbo; son muy pecioladas, ovales y de color verde oscuro brillante. Las flores se reúnen en umbela apical sobre el escapo, encerradas en primera instancia por una espata que se abre en la floración, de color blanco y formada por seis tépalos. El fruto es una cápsula trilocular, que contiene las semillas angulosas. Crece en los lugares umbríos y húmedos de Europa, preferentemente junto a los cursos de agua. El escapo puede alcanzar los 40 cm de altura. Se recolecta en mayo y junio.
Partes utilizadas El bulbo.
Compuestos químicos Esencia, sulfuro de vinilo, sales, aldehídos inestables.
Propiedades Depurativo, rubefaciente, hipotensivo, antihelmíntico.
Modo de empleo Tintura, jarabe, decocción, jugo, cataplasma de pulpa, esencia.
Nota Desde el punto de vista medicinal esta especie presenta propiedades comparables a las del ajo común. En la actualidad se utiliza ampliamente en forma de jugo en dietas adelgazantes. Las hojas tiernas se aprovechan como condimento para aromatizar algunas ensaladas. La esencia se emplea como rubefaciente en las enfermedades reumáticas y en solución como líquido desinfectante del ambiente.

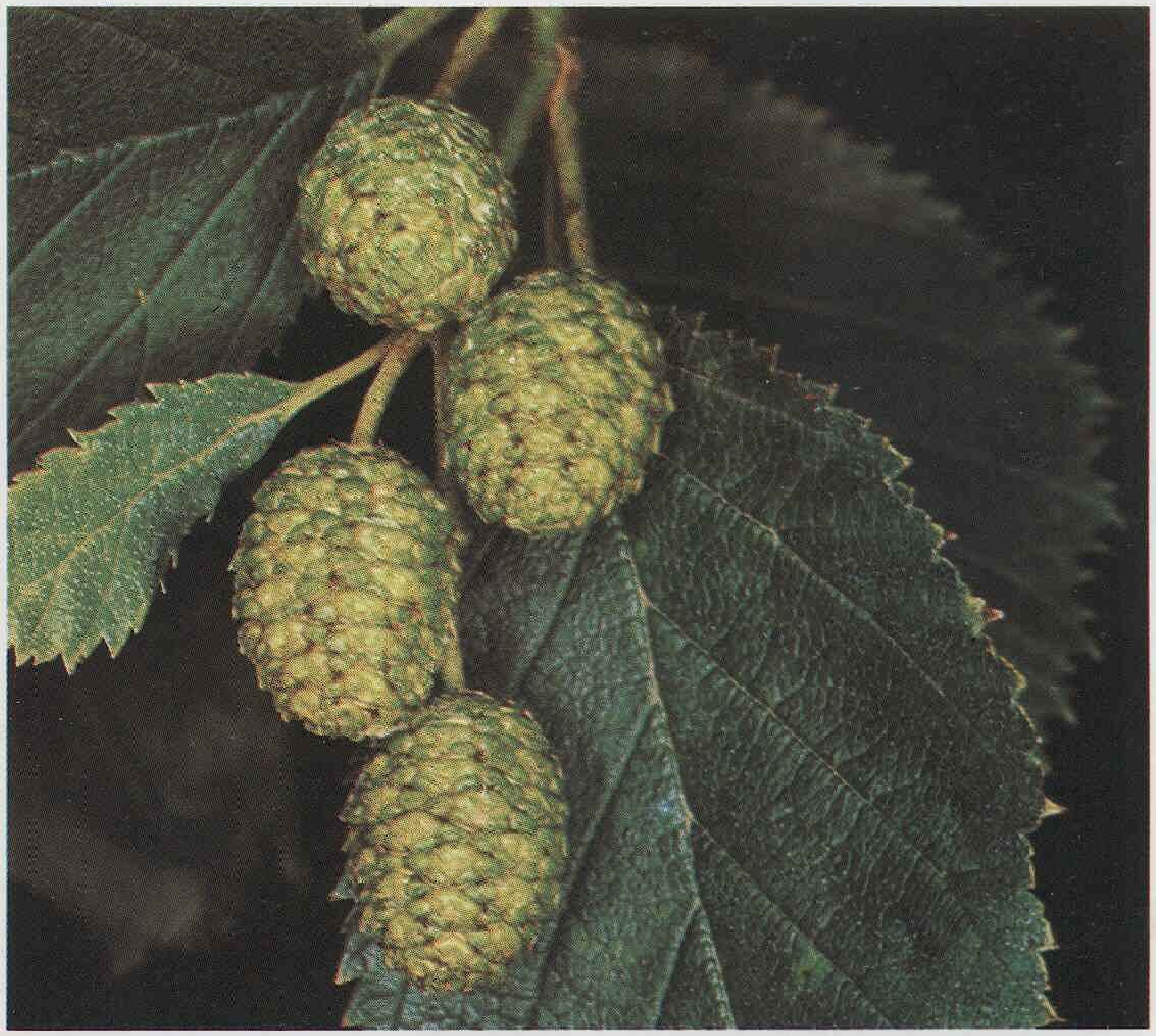


---

20 ALISO

(cat.: *vern;* eusk.: *altz*)
Alnus glutinosa

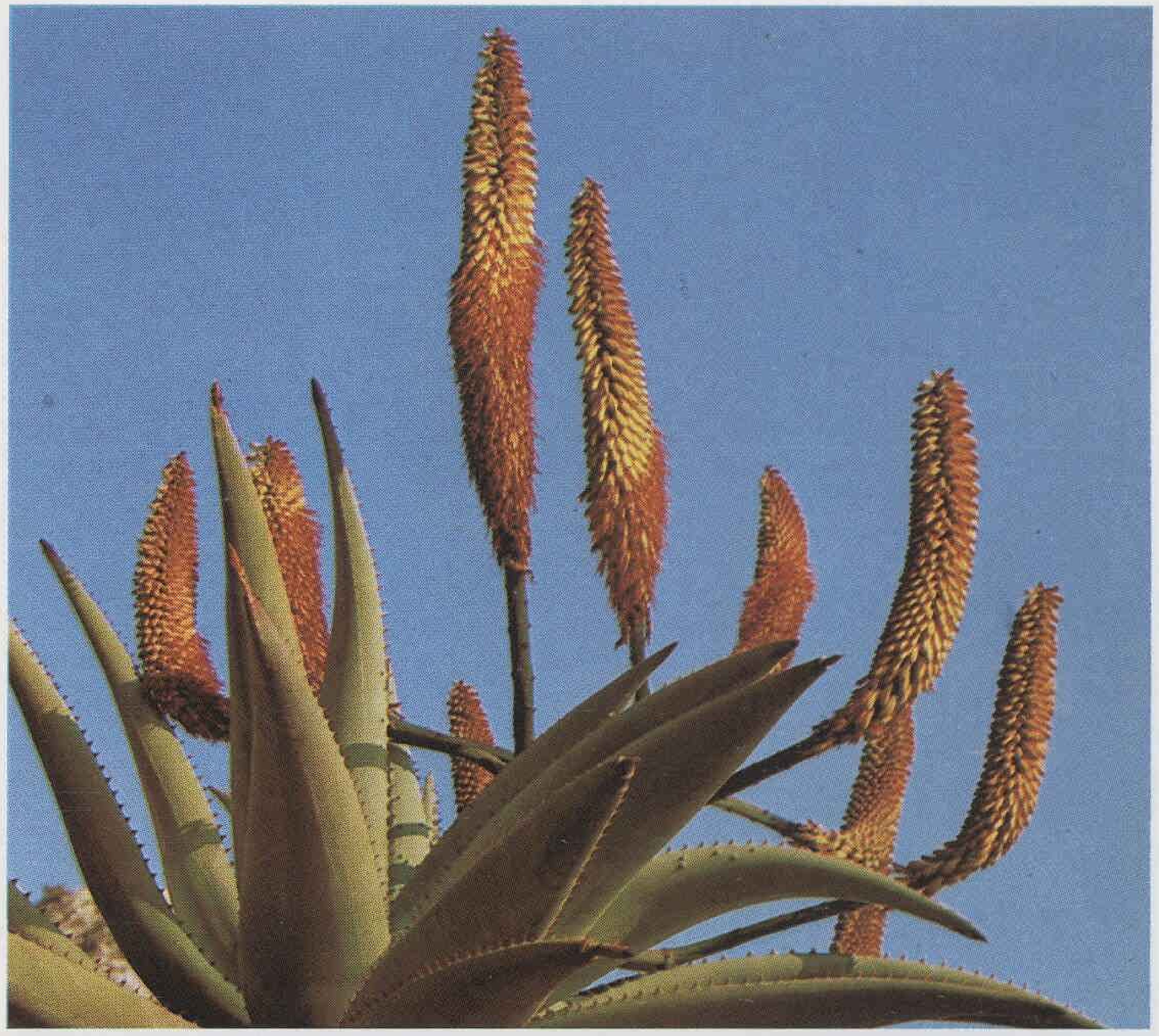
Familia Betuláceas.
Descripción Árbol con tallo erecto provisto de ramificaciones retorcidas y flexibles. La corteza es de color gris oscuro y la raíz, nodular, acumula nitrógeno atmosférico fijado. Las hojas y las ramificaciones son glutinosas; las hojas son alternas, pecioladas, ovales, dentadas. Las flores masculinas son colgantes, de color amarillento, mientras que las femeninas, parecidas a conos, son de color pardo y brotan antes que las hojas. Puede alcanzar alturas superiores a 20 m. Prefiere los terrenos húmedos, al borde de los cursos de agua, en las turberas. Vive en Europa, Rusia, África del Norte. Se recolecta en febrero-marzo.
Partes utilizadas Las hojas y la corteza de las ramificaciones jóvenes.
Compuestos químicos Ácido tánico, glutano, alnulina, sustancia grasa. En la corteza: tanino, emodina, alnulina, flobafenos, sales, materias colorantes.
Propiedades Hojas: galactogogas, vermífugas, astringentes. Corteza: febrífuga, astringente.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura, decocción, enolito.
Nota El aliso es ampliamente utilizado en tornería y tiene la propiedad de resistir durante muchos años al estar sumergido en agua. Sirve además para preparar tintas tipográficas, así como, aprovechando el elevado contenido en taninos, proporcionar al cuero un característico color rojo oscuro. Ramitas provistas de hojas se utilizan en el campo como papel mosquicida, a causa de la glutina que recubre la superficie. La corteza se ha utilizado a menudo para falsificar la de la frángula, dada su gran semejanza.



21 ÁLOE

(cat.: *àloe;* eusk.: *belarrmintza*)
Aloe ferox

Familia Liliáceas.
Descripción Planta con tallo leñoso simple; hojas dispuestas en roseta en posición apical sobre el caule, carnosas, triangulares, convexas, con el borde aculeado. Las flores se disponen en panícula en la extremidad de largos racimos, provistas de cortos pedúnculos y seis tépalos de color rojo. El fruto es una cápsula trilocular con semillas elipsoidales aplastadas. Puede medir varios metros de altura. Crece en el litoral mediterráneo y en las llanuras áridas del norte de África. Se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas El jugo de las hojas.
Compuestos químicos Aloína, aloemodina, resina, esencia.
Propiedades Laxante, colagoga, estomacal, aperitiva.
Modo de empleo Infusión, extracto seco, tintura.
Nota El áloe se utiliza también ampliamente en la fabricación de licores, donde interviene como parte de los compuestos amargos. Externamente posee acción absorbente sobre úlceras o en oftalmias purulentas. También halla aplicación en cremas para pieles enrojecidas. La decocción del jugo sirve para mantener alejados a los mosquitos.

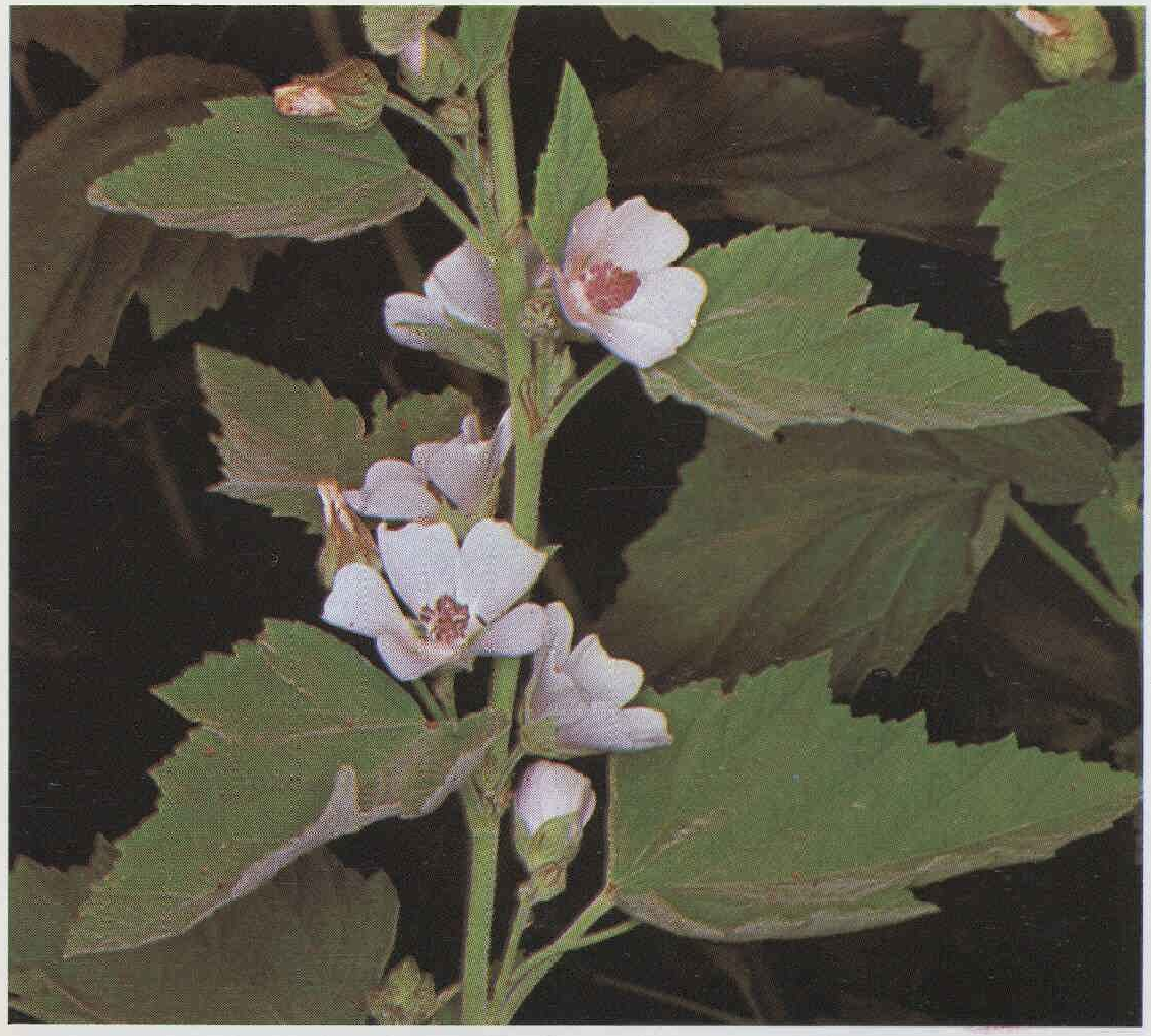


---

22 MALVAVISCO

(cat.: *malví;* eusk.: *malva-zuri*)
Althaea officinalis

Familia Malváceas.
Descripción Del griego *althein,* curar. Planta herbácea, con raíz fusiforme, blanquecina, frecuentemente ramificada. El tallo puede alcanzar los 2 m de altura, simple o ligeramente ramificado. Es portador de hojas palmeadolobuladas, irregularmente dentadas, con la superficie blanquecina debido a la presencia de pelos. Las flores sésilas se reúnen en las axilas foliares en número de una a tres. Cáliz pentasépalo con cinco pétalos de color blanco rosado. Los frutos esferoidales contienen semillas dispuestas radialmente, lisas y oscuras. La planta nace junto a las zanjas, en terrenos húmedos, y se cultiva en toda Europa.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Mucílago, almidón, aceite graso, asparragina y betaína.
Propiedades Eminentemente emoliente, ligeramente laxante, béquico.
Modo de empleo Maceración en frío, infusión, jarabe, cataplasmas, extractos.
Nota Se usa también en cosmética y en preparados colutorios en las odontalgias. La raíz descortezada se utiliza como masticatorio para la dentición infantil. Los polvos se emplean en pastelería. Las hojas se usan en cataplasmas sobre abscesos y también destiladas para obtener un agua que, con la adición de alcohol alcanforado, constituye un óptimo colirio en las inflamaciones agudas y crónicas de los ojos. Parece también que las infusiones de hojas han dado resultado en las cistitis, eliminando el espasmo. La maceración de hojas en frío constituye también un purgante para los niños.

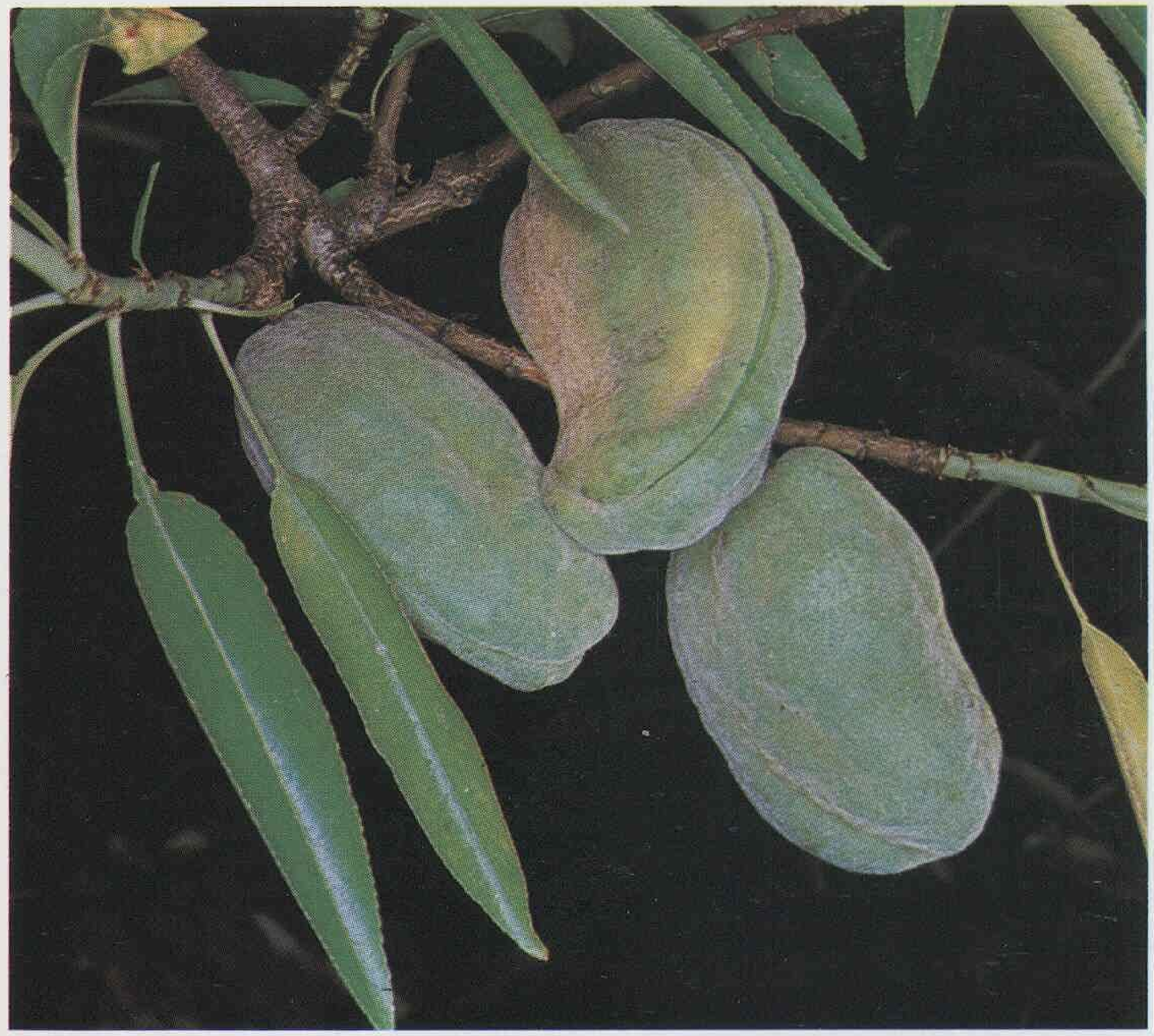


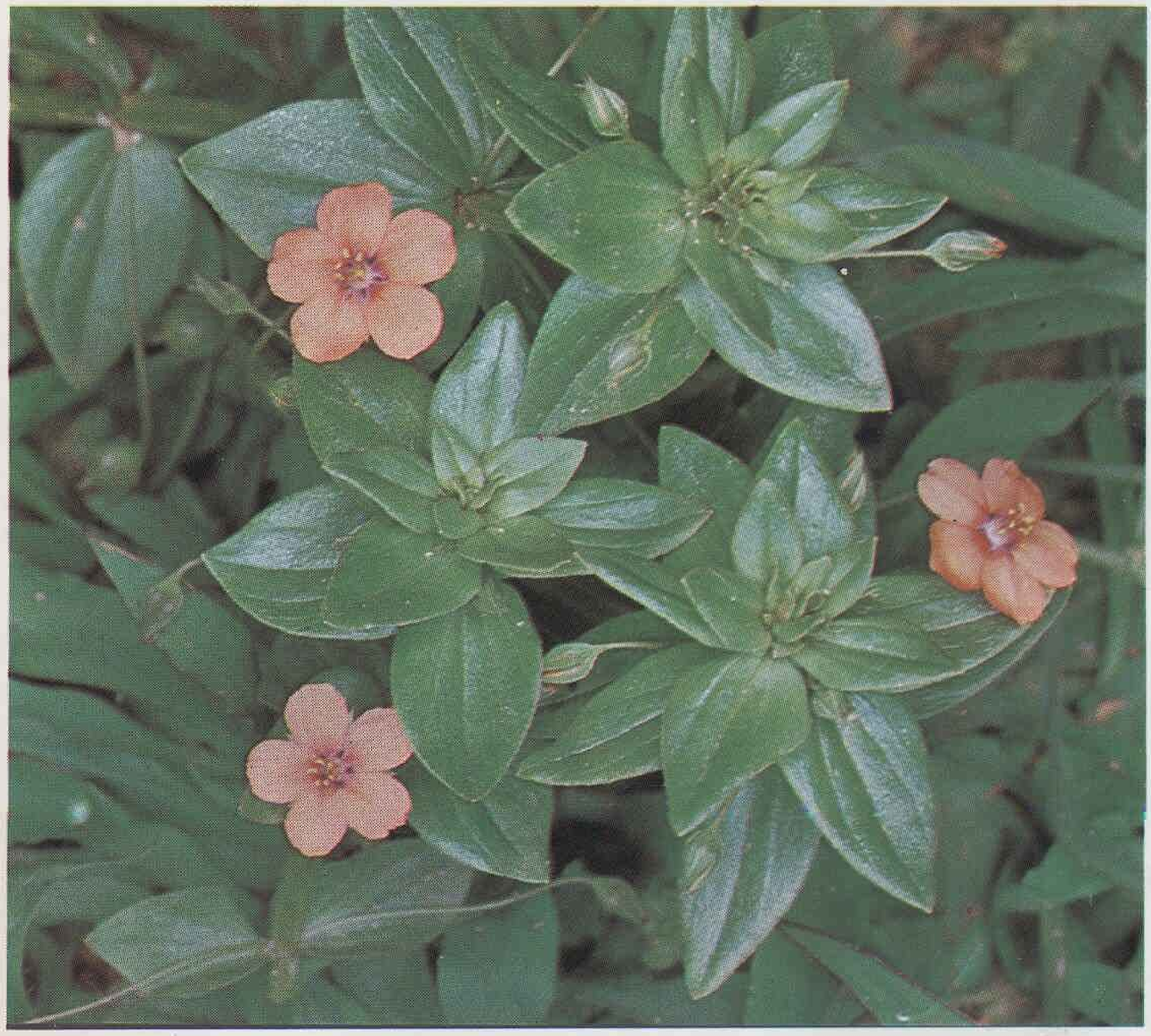
23 ALMENDRO
(cat.: *ametller;* eusk.: *almondrono*)
Prunus amygdalus

Familia Rosáceas.
Descripción Árbol muy ramificado, de hasta 10 m de altura, con la corteza abierta, escamosa, de color grisáceo. Ramificaciones verdosas portadoras de hojas alternas, oblongas, acuminadas, con el margen aserrado; página superior de color verde brillante y la inferior opaca. Pecíolo corto. Frecuentemente, los dientes del limbo son portadores de algunas glándulas. Las flores, que aparecen antes que las hojas, muestran un cáliz pentasépalo y una corola pentapétala, de color blanco y rosado. El fruto es una drupa oblonga con el epicarpio verde, tomentoso, con un surco lateral, y endocarpio leñoso inciso que contiene una semilla de color marrón con la pulpa blanca dividida en dos cotiledones, de sabor característico. Esta especie es rara en su forma silvestre, y a menudo se cultiva junto con el olivo en la zona mediterránea. Se recolecta de julio a setiembre.
Partes utilizadas Las semillas.
Compuestos químicos Fructosa, aceite graso, emulsina, sales, vitamina A y B, proteínas. El aceite está formado por oleína, peptona, calcio, fósforo, potasio, azufre y magnesio.
Propiedades Nutritivo, emoliente, laxante, vitaminizante, béquico.
Modo de empleo Aceite, leche, pulpa.
Nota Las semillas (las almendras) se emplean en confitería. El aceite, que contiene tocoferol, no enrancia, y se usa como eudérmico. La variedad dulce es la única utilizable en el ámbito familiar, ya que carece de ácido cianhídrico, presente en cambio en la variedad amarga. Los residuos de las operaciones de extracción del aceite constituyen un óptimo manjar.

24 MURAJES
(cat.: *morrons;* eusk.: *amorru-belar*)
Anagallis arvensis

Familia Primuláceas.
Descripción Del griego *anagalein,* reír intensamente. Planta anual de tallo rastrero. La raíz es fusiforme y retorcida. Las hojas son sésiles, opuestas, ovadolanceoladas, enteras, con pequeños puntos en la cara inferior. Las flores son solitarias, se disponen en la extremidad de un largo pedúnculo, erectas o colgantes según la época. El cáliz muestra cinco secciones; la corola es pequeña, de color rojo ladrillo, tubular, con lacinias crenuladas. El androceo posee cinco estambres insertos en la base de las lacinias. Ovario súpero con un solo lóculo, con estilo simple. Fruto cerrado, a partir del cáliz en forma de píxide. Semillas abundantes. La planta se recolecta en agosto. Su hábitat específico son los lugares incultos, más bien arenosos. Común en Europa.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Ciclamina, primaverasa; tanino, saponina.
Propiedades Béquica, vulneraria, colagoga.
Modo de empleo Extracto fluido, compresas de trituración.
Nota A dosis masivas provoca poliuria y temblor. Se dice que las gallinas que la comen, después cantan eufóricamente; de ahí el nombre griego, que significa reír y, en interpretación figurada, cantar. Es desaconsejable su uso doméstico.





25 LENGUA DE BUEY

(cat.: *buglosa;* eusk.: *idi-mingain*)
Anchusa azurea

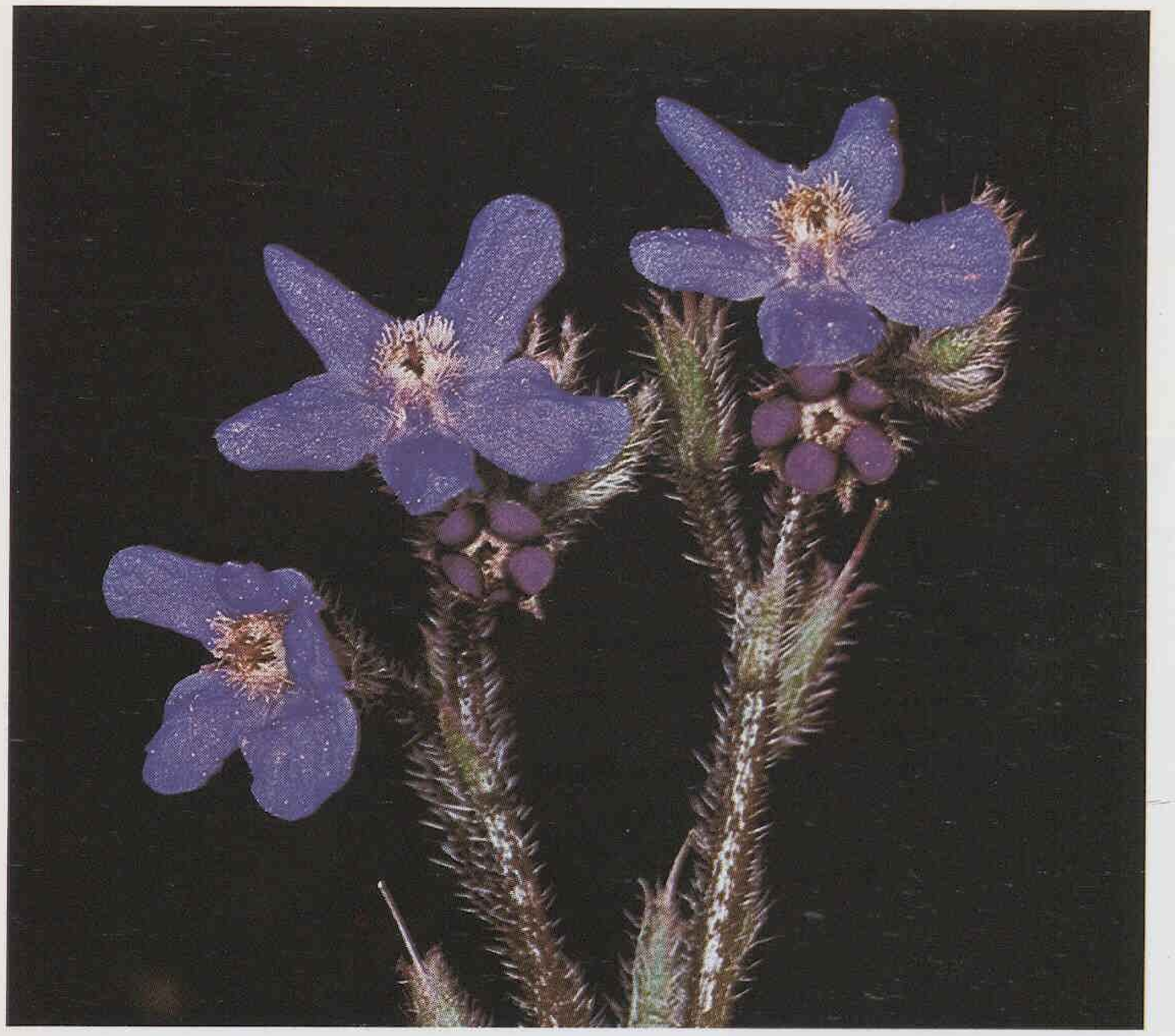
Familia Borragináceas.
Descripción Planta herbácea, sedosa, híspida, con raíz fusiforme. Tallo erecto, de hasta 70 cm. Hojas enteras: las inferiores son ovaladolanceoladas, pecioladas, agudas; las apicales son sésiles. Las flores forman panículo. Poseen cáliz tomentoso, con lacinias lanceoladas y agudas. La corola es pentalobulada, azulada, en ocasiones púrpura. El fruto es un aquenio rugoso. Es común en lugares incultos, a lo largo de los caminos entre los escombros. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Cinoglosina, consolidina, taninos, sales, materias colorantes.
Propiedades Béquica, diaforética, depurativa, diurética.
Modo de empleo Infusión, tintura, jarabe, extracto fluido.
Nota La planta se utiliza externamente después de su trituración en compresas antiflogísticas. La raíz permite la extracción de una sustancia colorante roja utilizada como colorete. Las hojas tiernas y las cimas jóvenes se consumen juntamente con otras verduras. Es importante no rebasar las dosis prescritas a fin de no sufrir desagradables consecuencias debidas a la finoglosina, que tiene acción paralizante.

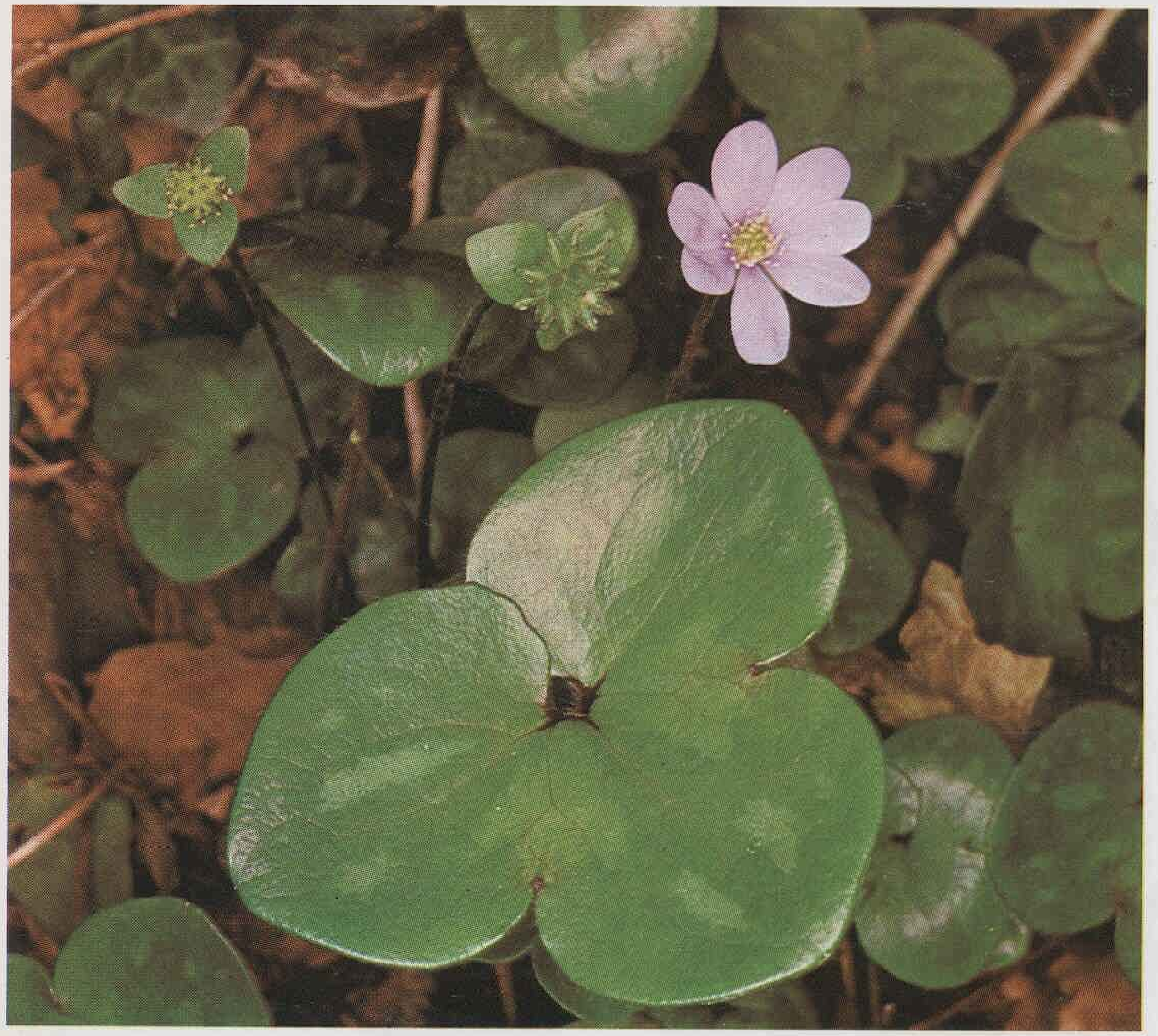
---

26 HIERBA HEPÁTICA

(cat.: *herba fetgera;* eusk.: *gibel-bedar*)
Anemone hepatica

Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta vivaz de poco más de 10 cm, rizoma provisto de abundantes radículas. A partir del rizoma se originan numerosos escapos. Las hojas son basales, trilobuladas, acorazonadas, pecioladas, brillantes, verdes en la cara superior, violáceo rojas en la inferior. Cada escapo dispone de una flor con tépalos de color azul. Los frutos son aquenios oblongos con estilo terminal. Abunda en el sotobosque húmedo cerca de los árboles, en terreno calizo. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Hojas.
Compuestos químicos Anemonina, hepatotrilobina, saponina, emulsina.
Propiedades Antineurálgica, diurética.
Modo de empleo Polvos, liparolito, oleolito, tintura, enolito.
Nota Planta conocida en la práctica farmacéutica y, según la teoría de la señal, indicada como específica de las enfermedades hepáticas. Es venenosa, con acción rubefaciente parecida a la de la cantárida. Por ello sólo debe utilizarse externamente y con estrecha vigilancia. En uso interno se toma en forma de vino medicinal como diurético, pero su empleo está desaconsejado, dada su toxicidad, comentada.





27 NEMOROSA

(cat.: *buixol*)
Anemone nemorosa

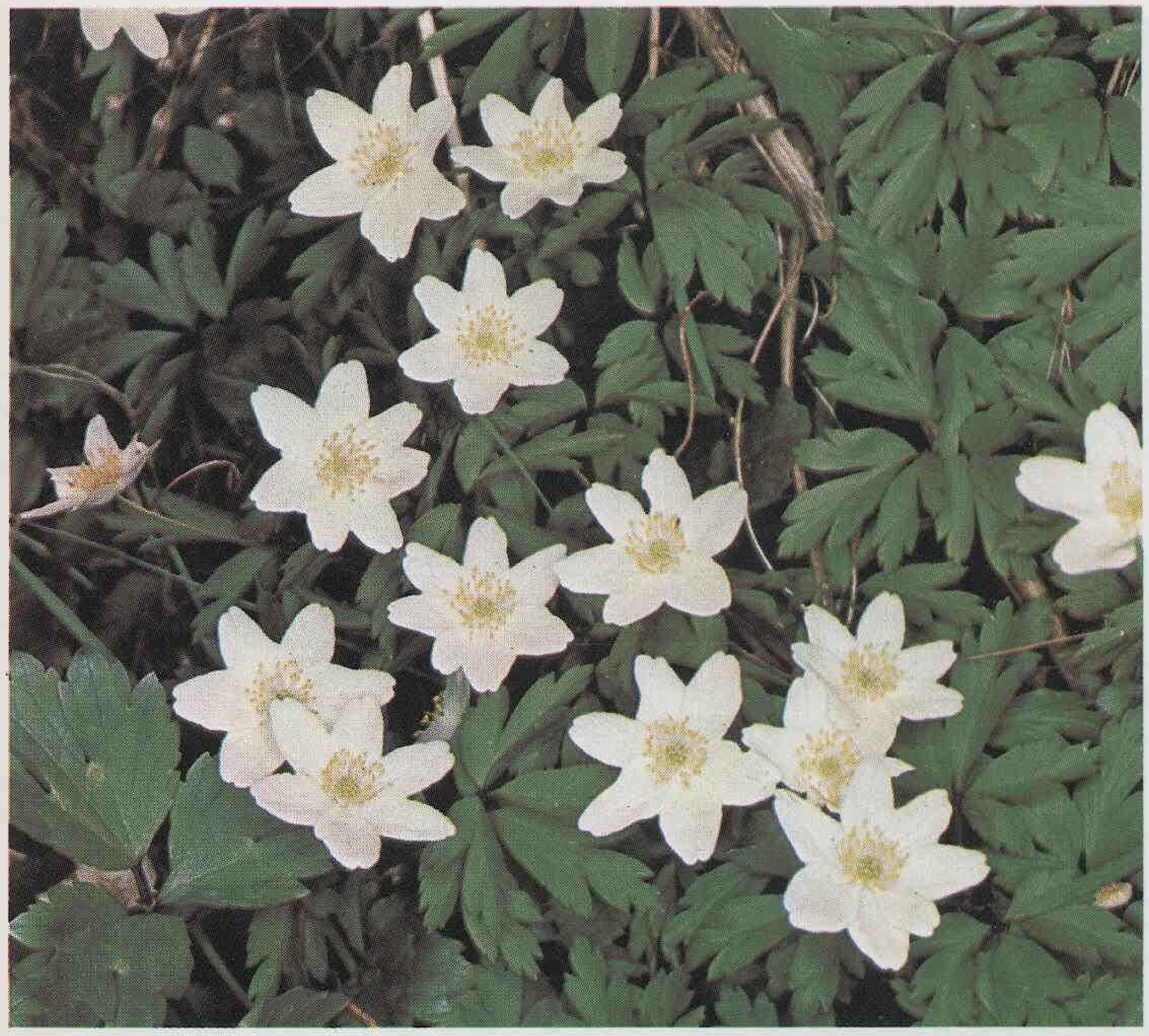
Familia Ranunculáceas.
Descripción De *nemus,* bosque. Planta vivaz de hasta 30 cm con rizoma rastrero y numerosas radículas, frágil. Los escapos florales miden hasta 30 cm y sostienen flores blancas o rosadas (algunas variedades, simultáneamente, de color rosa y blanco). Las flores aparecen después del escapo floral en número de una o dos; poseen un largo pedúnculo y están profundamente divididas, dentadas, pubescentes. Las flores presentan seis sépalos, los frutos son aquenios. Vive preferentemente en los bosques y prados de la zona montana y submontana. Se recolecta en primavera antes de la floración.
Partes utilizadas Planta completa.
Compuestos químicos Protoanemonina y anemonina.
Propiedades Rubefaciente, tóxica.
Modo de empleo Uso externo en alopatía e interno en homeopatía.
Nota Esta especie se utiliza únicamente en las enfermedades reumáticas en fricciones locales. En algunas regiones, en las prácticas de medicina casera, se prepara un macerado vinoso utilizado en enjuagues como odontálgico. Sin embargo, por su toxicidad, se desaconseja su empleo.

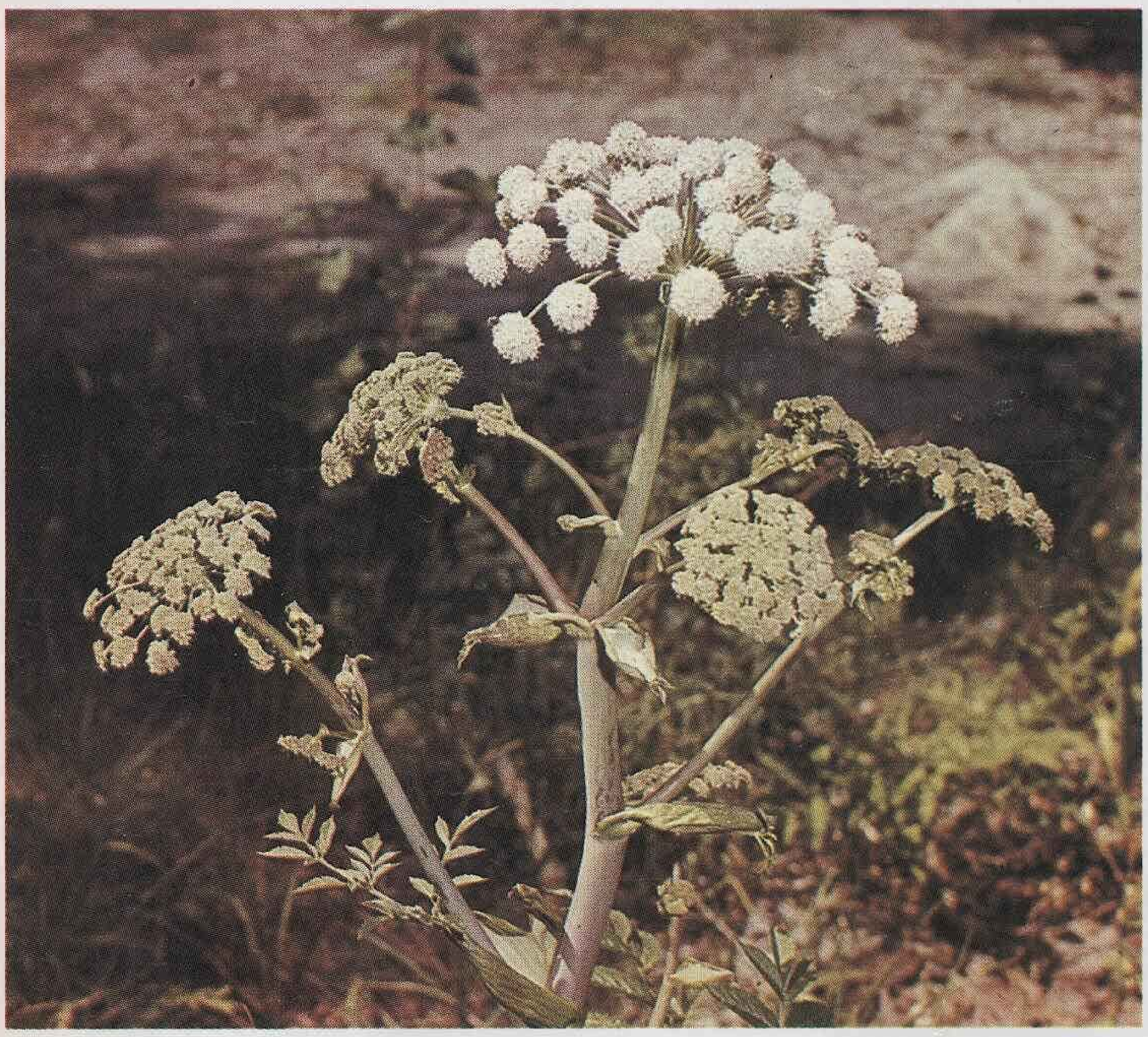
---

28 AJENJO SILVESTRE

(cat.: *Artemisia borda*)
Artemisia sylvestris

Familia Umbelíferas.
Descripción
Planta herbácea de hasta 3 m de altura provista de una gran raíz axonomorfa de color negruzco. El tallo es erecto y fistuloso, muy estriado, con varias ramificaciones, ligeramente purpúreo y cubierto por una pilosidad blanquecina. Las hojas inferiores son bi o tripinnadas; las restantes, ovaladas y a menudo acorazonadas, dentadas. Las basales, al igual que las superiores, son envainantes. Las flores, de color verdoso, pentapétalas con cinco estambres, se reúnen en umbelas terminales. El fruto es ovoidal con semillas aplastadas. Muy común en los prados húmedos, pero deben preferirse los ejemplares localizados en suelos secos, ya que contienen una mayor riqueza en principios activos. La recolección se realiza en setiembre.
Partes utilizadas La raíz y la semilla.
Compuestos químicos Esencia, ácido angélico, resina, tanino, pectina. En la esencia se han identificado: felandreno, furfurol, alcoholes metílico y etílico. Las hojas dan una proporción del 1 %. La densidad varía entre 0,80 y 0,90; es soluble en tres volúmenes de alcohol a 90°.
Propiedades Aromática, carminativa, emenagoga, antiespástica.
Modo de empleo Aceite esencial, tintura, infusión.
Nota Las hojas jóvenes se utilizan como aromatizantes en las ensaladas, y las semillas en pastelería. Entra a formar parte del agua espiritosa de melisa. A dosis elevadas deprime el sistema nervioso central.





29 PIE DE GATO

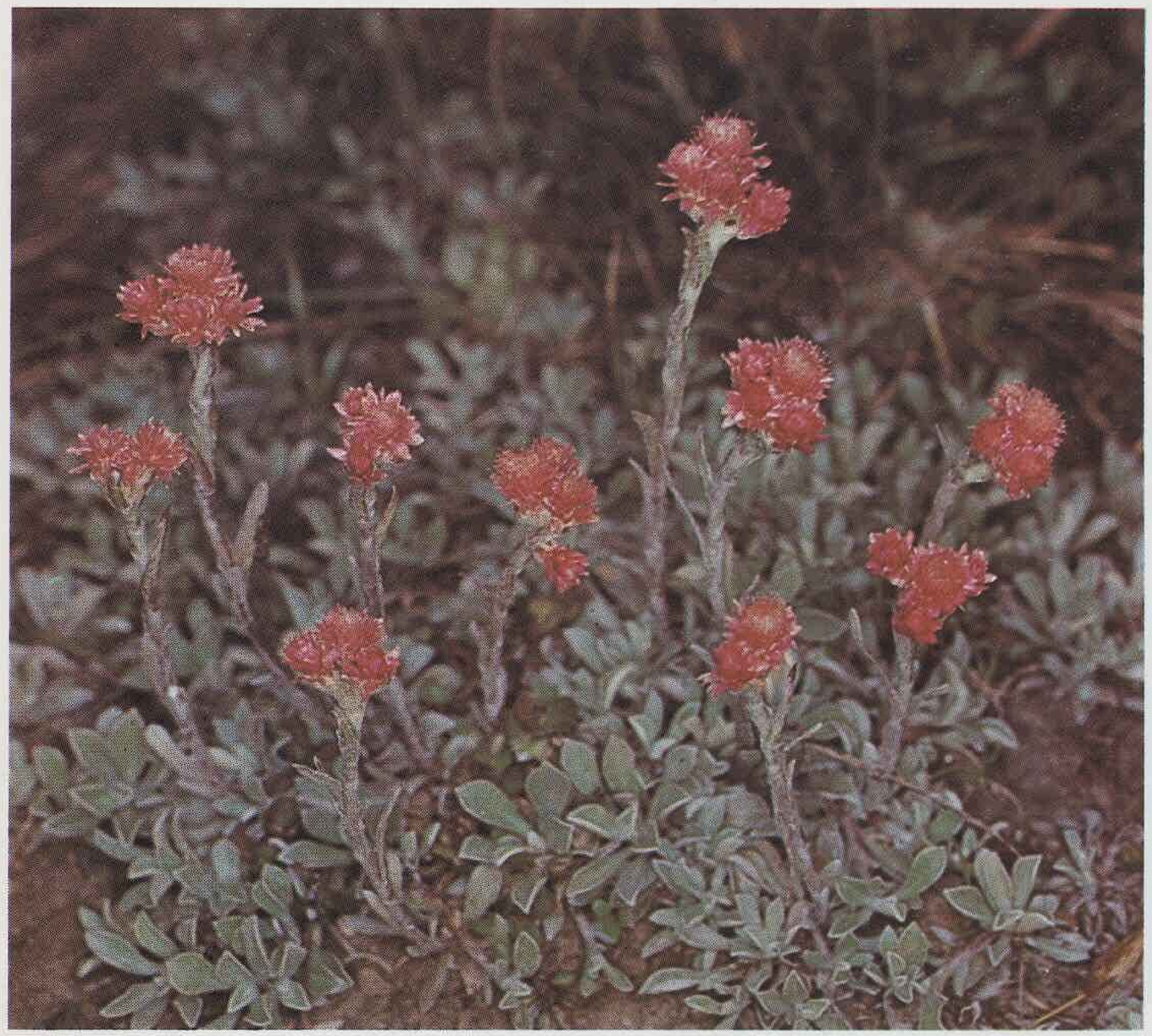
(cat.: *peu de gat*)
Antennaria dioica

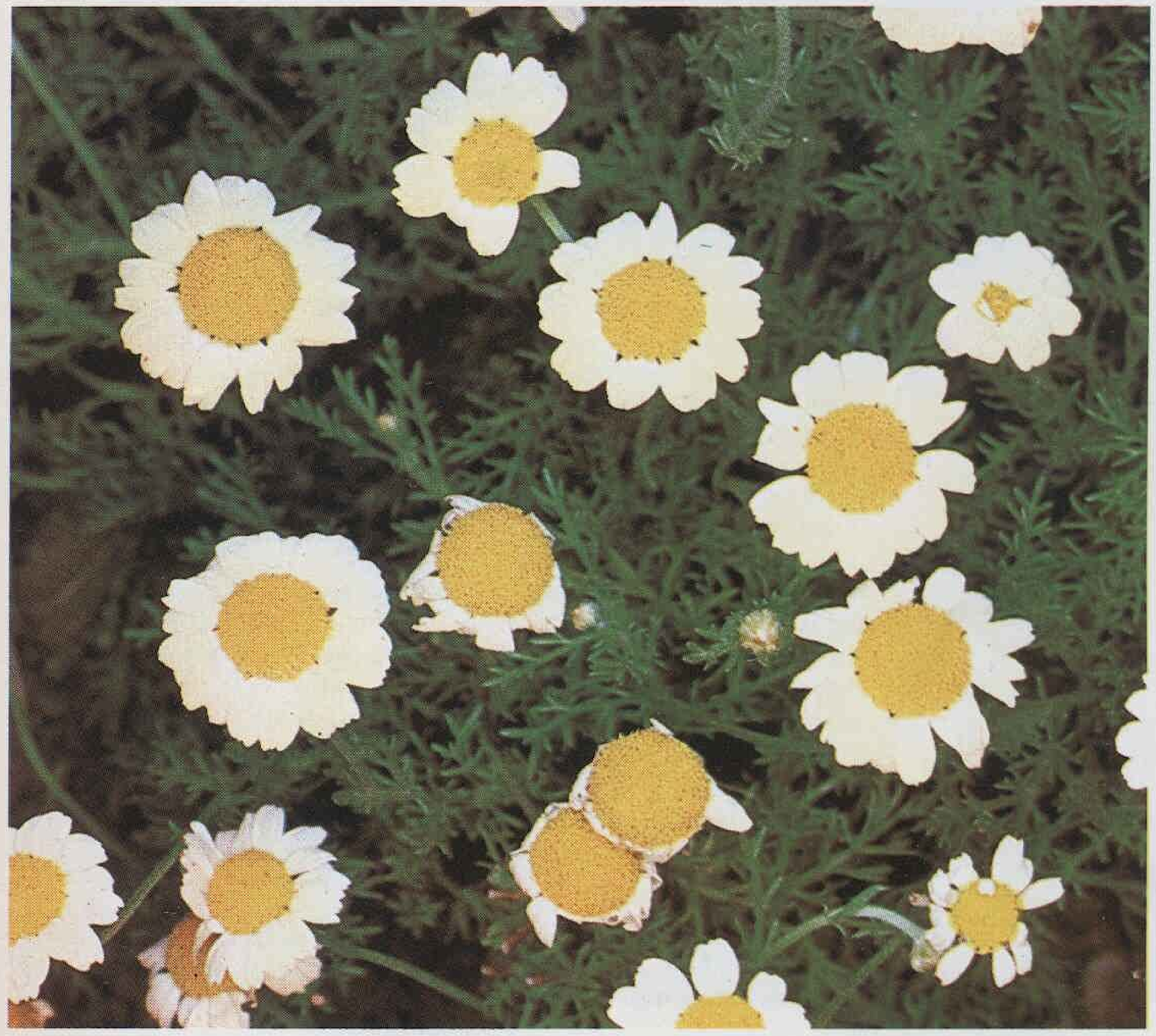
Familia Compuestas.
Descripción De *antenna* por la posición de los pelos florales. Planta perenne, estolonífera, de color grisáceo, algodonosa, con los tallos erectos de menos de 20 cm. Las hojas radicales, espatuladas, se disponen en roseta; tomentosas en la cara superior, y menos en la inferior. Las hojas del tallo son alternas y de forma lanceolada, blanquecinas y tomentosas. Las flores se disponen en un corimbo apical, son de color amarillo, tubulares, y con la corola pentadentada las masculinas y las femeninas de color púrpura. Los frutos son aquenios provistos de sedas. Se recolecta generalmente en mayo, antes de la floración, que se inicia en junio. Elige para su hábitat los prados boscosos de montaña hasta una altura de 3.000 m. Vive en Europa, Asia y América.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Taninos, aceite esencial, fitosterina, mucílagos.
Propiedades Béquica, colagoga, emoliente.
Modo de empleo Infusión, jarabe, extracto fluido.
Nota Esta especie interviene prácticamente en casi todas las composiciones pectorales, dada su elevada concentración en mucílagos. Se aprovecha también para su cultivo en maceta, puesto que una vez seca se conserva durante mucho tiempo. La planta puede multiplicarse por división.

30 MANZANILLA ROMANA

(cat.: *camamilla romana;* eusk.: *bitxilora*)
Anthemis nobilis

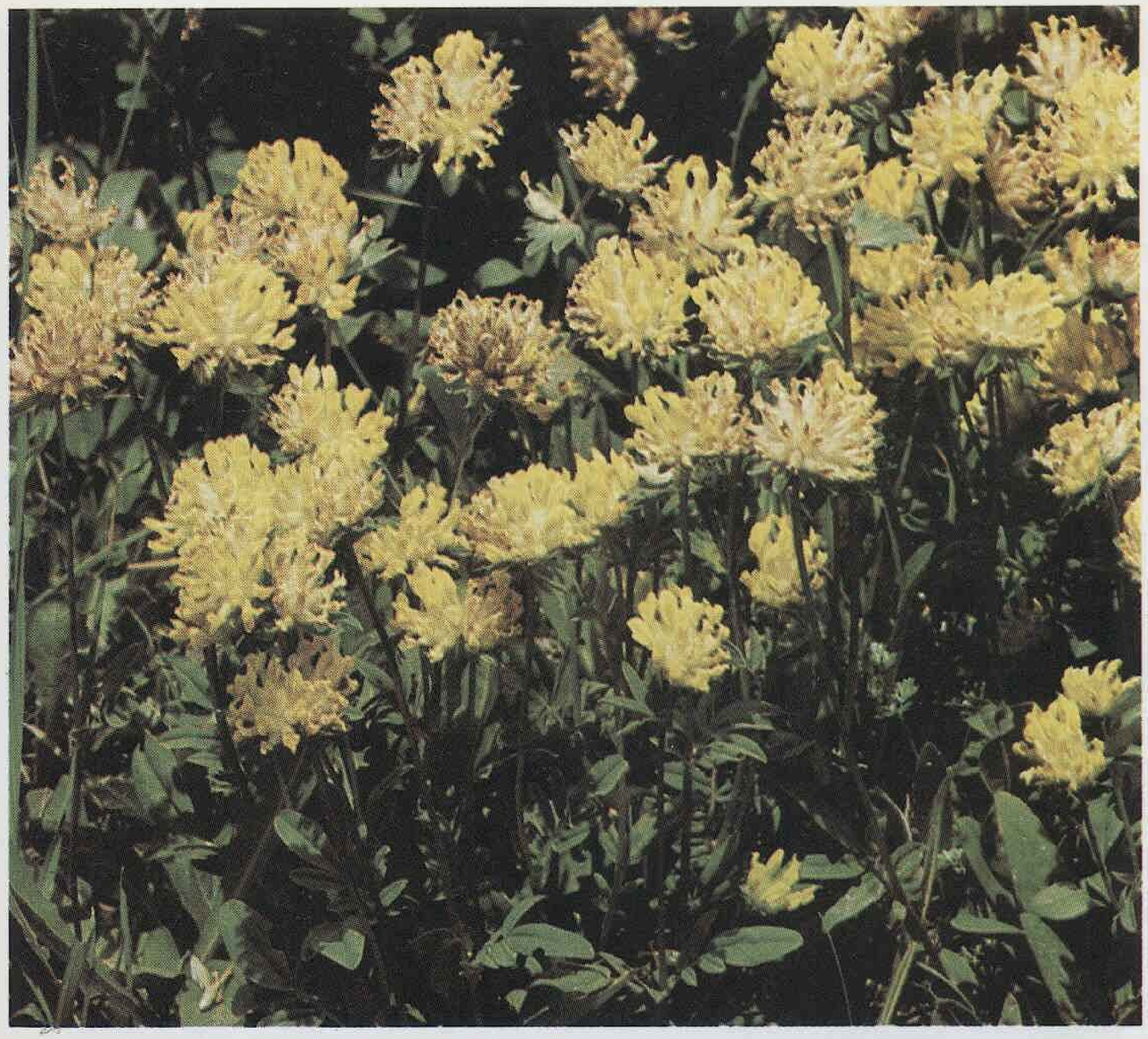
Familia Compuestas.
Descripción Del griego *anthemis,* florecilla. Hierba perenne, de hasta 40 cm de altura, ramificada, con el tallo erecto. Las hojas pecioladas o sésiles, según se trate respectivamente de las inferiores o las superiores, están bipartidas con lacinias. El disco posee un diámetro de aproximadamente 20-25 mm. Las flores periféricas femeninas son liguladas y blancas; las centrales, tubulares, son amarillas. Los frutos son aquenios de color amarillo verde, obovados. La planta, muy rara en estado silvestre, se utiliza abundantemente mediante cultivos en suelos expuestos y frescos. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las inflorescencias.
Compuestos químicos Aceite etéreo, ácido isobutírico, ácido metilcrotónico. Azuleno, antosterol, antosterina. Glucósidos de la apigenina, antemol, ácidos grasos libres, inositol. La esencia obtenida lo es con una proporción que varía entre 0,5 y 1 %. Desprende un intenso olor aromático. Presenta una densidad de 0,90 y da reacción ácida. Se disuelve en un volumen de alcohol a 90º.
Propiedades Amarga, aromática, emenagoga, antiespasmódica, antihelmíntica.
Modo de empleo Infusión, esencia, tintura, jarabe, polvos, extracto fluido.
Nota El suministro de los principios activos de la planta es incompatible con el de los productos presentes en los extractos de quina, así como taninos o sales de plata.





31 VULNERARIA
(cat.: *vulnerària;* eusk.: *aimgeru-osto*)
Anthyllis vulneraria

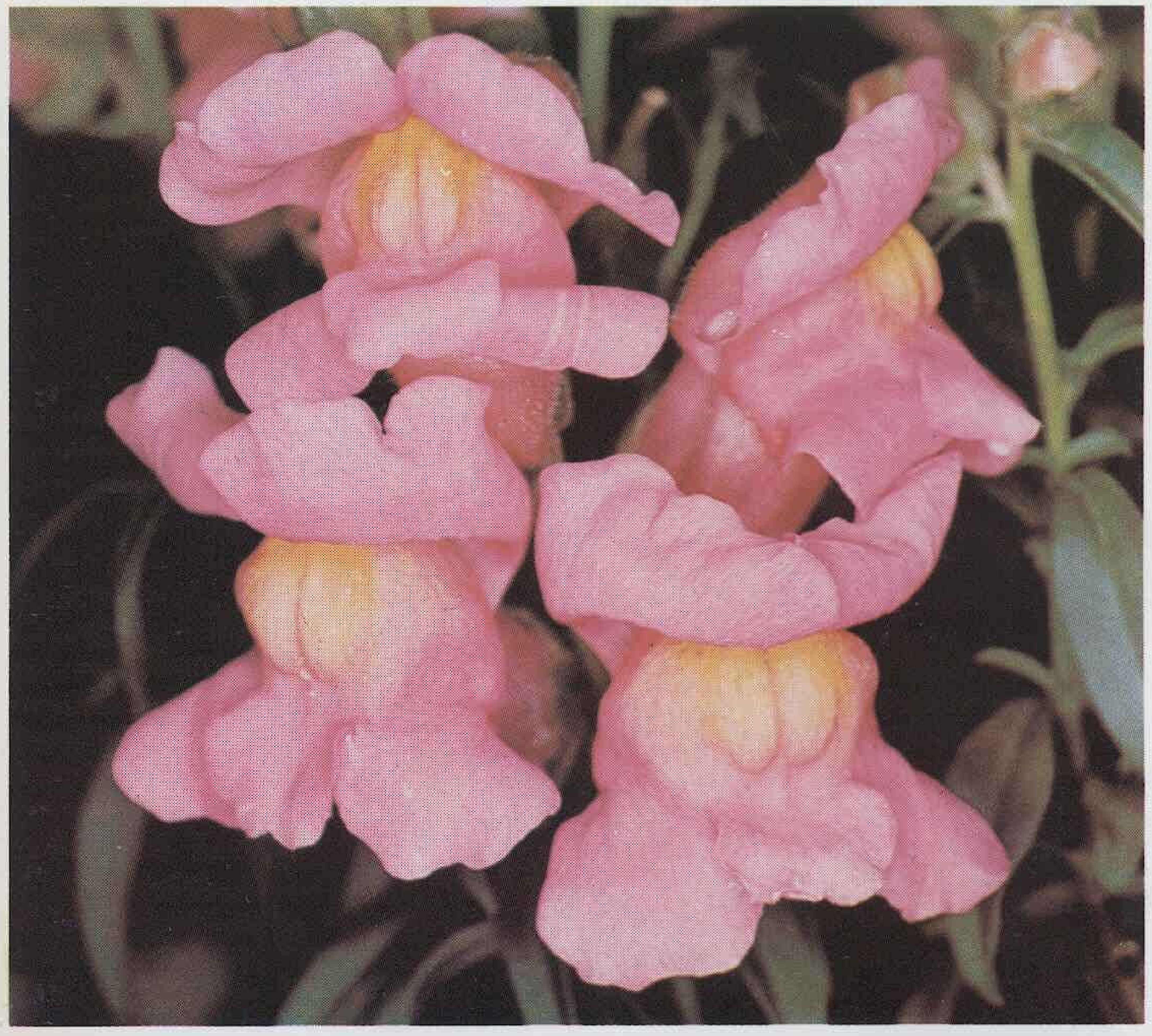
Familia Leguminosas.
Descripción De *vulnus,* herida, que hace referencia a las propiedades cicatrizantes de la planta. Hierba con raíz fusiforme y tallo que generalmente mide más de un metro, tumbado, tomentoso. Las hojas inferiores son simples, y las superiores están compuestas por pares de folíolos que miden algunos centímetros, estrechos y lanceolados. La terminal es la más ancha y alcanza hasta 5 cm de longitud. El color de las flores depende de la naturaleza del suelo y varía entre amarillo, blanco, rojo y violáceo. Las flores se disponen en capítulos con dos hojas palmatopartidas dispuestas en la base. La corola es amarilla. La legumbre, muy pequeña, contiene una única semilla. Prefiere los prados de colinas y de montañas. Se recolecta desde primavera al verano.
Partes utilizadas Las raíces, las hojas, las flores.
Compuestos químicos Saponina, tanino, mucílagos.
Propiedades Astringente, vulneraria, béquica, laxante.
Modo de empleo Decocción, infusión, extracto fluido, cataplasma, tintura.
Nota Las flores resisten la desecación y se utilizan en ramitos secos junto con los de perpetua amarilla.



---

32 BOCA DE DRAGÓN
(cat.: *boca de dragó;* eusk.: *kukuprraka*)
Antirrhinum majus

Familia Escrofulariáceas.
Descripción Planta perenne con raíz axonomorfa, ramificada, tallo pubescente y lignificado en la base. Las hojas poseen un pecíolo muy pequeño o incluso son sésiles. Su inserción en el tallo es variable, ya que pueden disponerse de forma verticilada o alterna. La lámina es ligeramente tomentosa y el limbo, lanceolado. Las flores se disponen en racimo, la corola es bilabiada, de color blanco o rojo; el cáliz es pentalaciniado. El fruto es una cápsula elipsoidal portadora de semillas ovales crestadas. La planta puede llegar a medir 50 cm de altura. Muy frecuente en cultivo por la belleza de sus flores. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Flores y hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, ácido gálico, resinas, pectina, rinantina, amargo.
Propiedades Antiflogísticas, resolventes.
Modo de empleo Infusión, cataplasma.
Nota Eficaz en todo tipo de inflamaciones, se utiliza también en las hemorroides, donde desarrolla una acción descongestionante semejante a la de la linaria. Se ha empleado también en gargarismos contra ulceraciones de la cavidad bucal, e internamente en las colitis y en la pirosis. Externamente se aplica como cataplasma sobre los eritemas.



33 APIO

(cat.: *api;* eusk.: *api*)
Apium graveolens

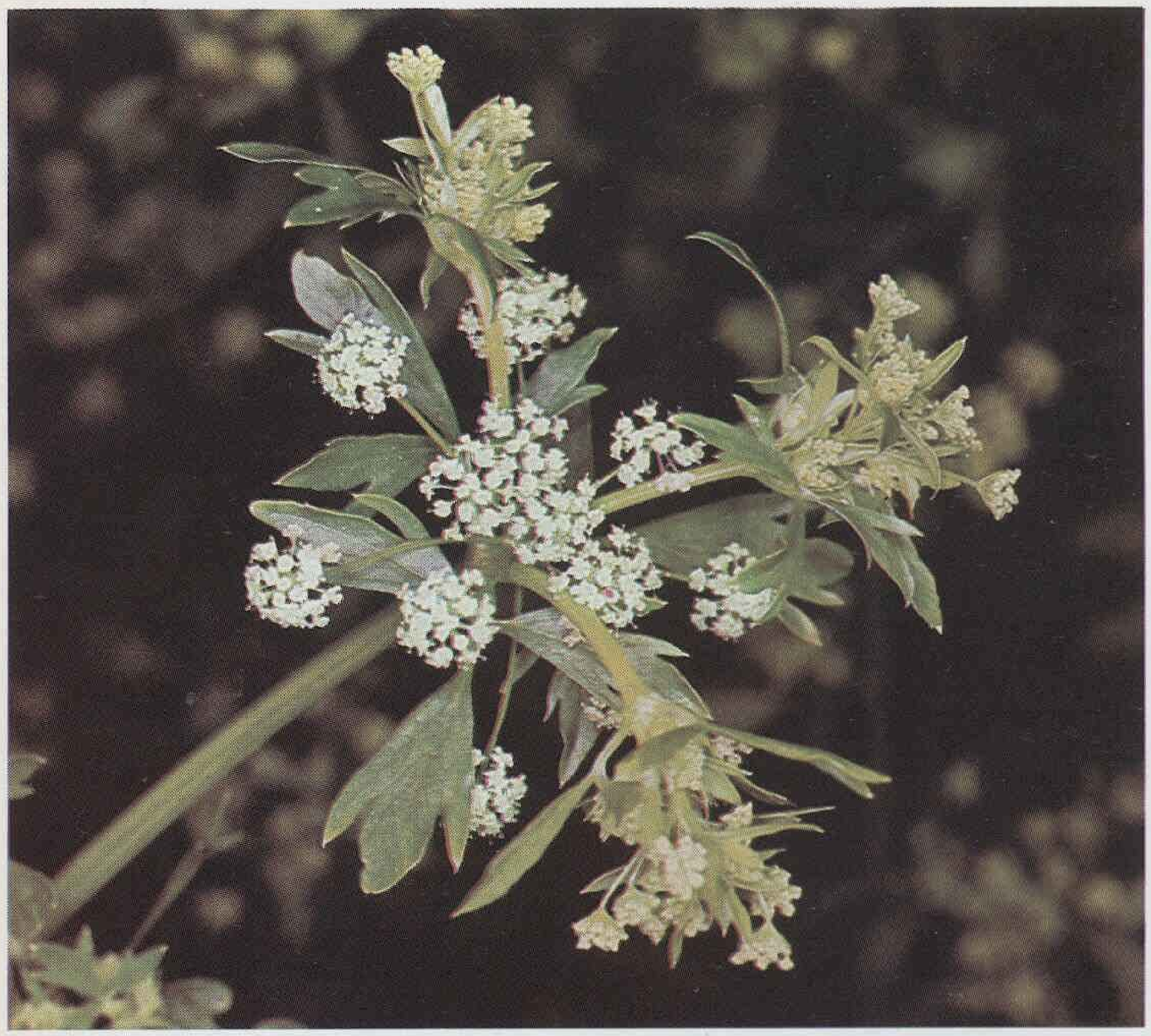
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta bienal, de aproximadamente 50 cm de altura, raíz axonomorfa. El tallo es erecto, surcado, brillante y ramificado. Hojas pinnadas, dentadas, brillantes. Las flores son blancas verdosas, reunidas en umbela de seis a doce radios desiguales. Las flores presentan cinco pétalos. El fruto, ovoidal, es aplanado con dos aquenios parduscos. Carpelos con cinco costillas. Se recolecta entre junio y setiembre. Ampliamente cultivado en los huertos. La forma silvestre crece en lugares húmedos, pantanos, canales. La planta espontánea desprende un olor más intenso que las variedades cultivadas.
Partes utilizadas Raíces, partes aéreas, frutos.
Compuestos químicos Las raíces contienen: esencia formada por limoneno, ácidos sedanólico y sedanónico; manitol, pentosana, sales minerales. Las partes aéreas: calcio, fósforo, hierro, caroteno, vitamina B1, B2, C, K, proteínas, glúcidos. Los frutos: glucósido apiina, oleorresina y una sustancia colorante.
Propiedades Diuréticas, mineralizantes, vitaminizantes, carminativas, aperitivas.
Modo de empleo Decocción, infusión, jarabe, jugo, extracto fluido.
Nota La planta forma parte del famoso jarabe de las cinco raíces (esparraguera, brusco, apio, perejil, hinojo), excelente diurético. El aceite esencial presenta una concentración de 0,1 % en las hojas y de 0,3 % en las raíces. Raramente se usa como carminativo. Por engrosamiento de la raíz se obtiene una variedad de apio especial.

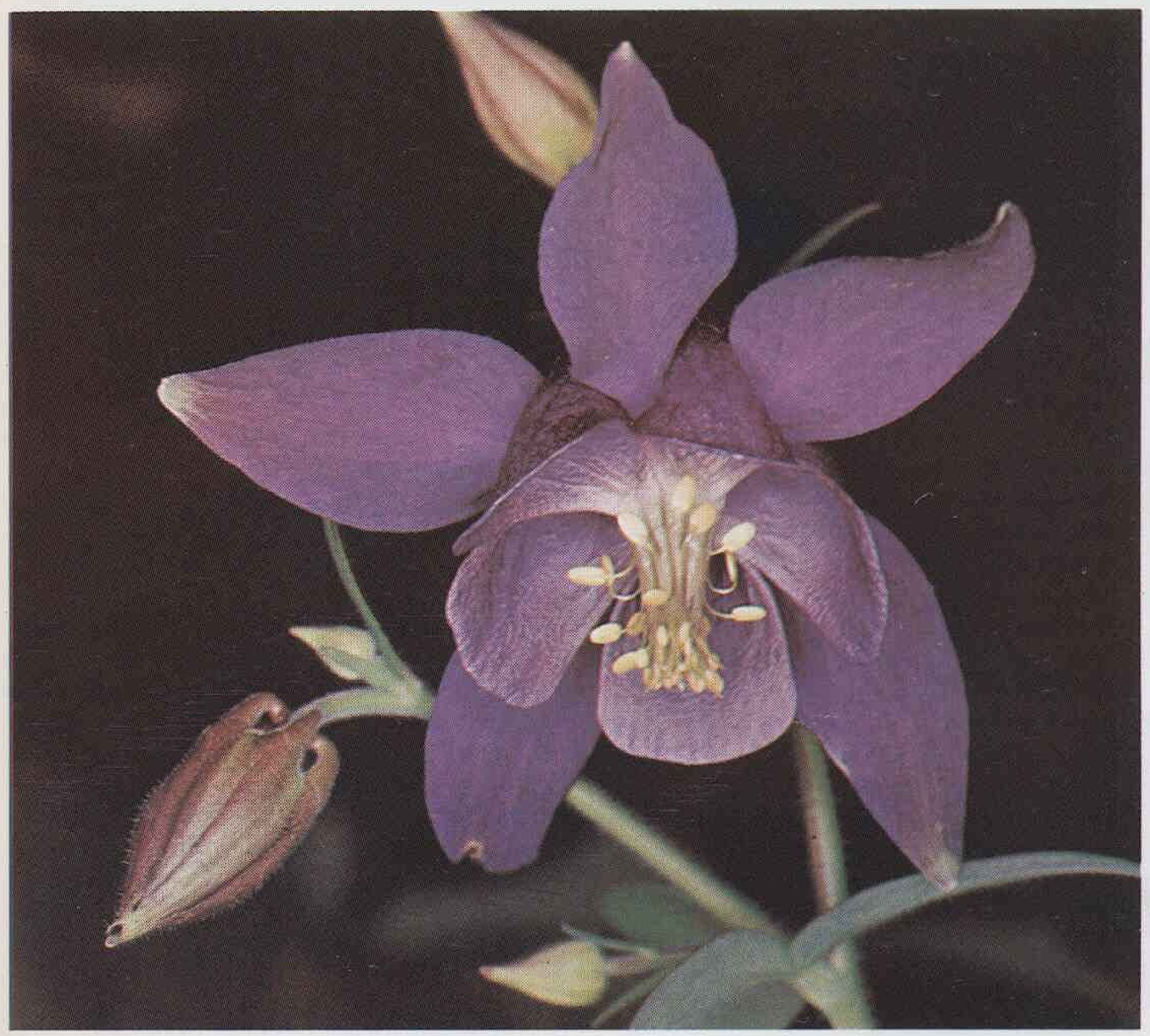
---

34 AGUILEÑA

(cat.: *aquilègia;* eusk.: *kukuprraka*)
Aquilegia vulgaris

Familia Ranunculáceas.
Descripción De *aquelegus,* que toma agua, alusión a los pétalos, o bien de *aquila,* en relación al aspecto de las flores. Planta herbácea provista de raíz larga y radículas. El tallo es erecto y glabro, ramificado, frágil. Las hojas basales son bipinnadas, con segmentos crenulados, verdes, con pecíolo pubescente. Las flores, dispuestas en aglomerados apicales, de color violeta azulado, con cinco sépalos y cinco pétalos, presentan una espuela curvada. Los folículos terminan en un pequeño pico; las semillas son brillantes. Es una planta silvestre, abundante en los montes, bosques, colinas húmedas y umbrías, sobre suelos calizos. A menudo supera el metro de altura. Se recolecta de primavera a otoño.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Aquilegina, glucósido cianogenético, emulsina, enzima.
Propiedades Depurativa, diurética, diaforética, urocolítica.
Modo de empleo Infusión, tintura, agua destilada.
Nota Se trata de una especie que conviene proteger, dada la destrucción de que ha sido objeto por la belleza de sus flores. A causa de la presencia de ácido cianhídrico, que la hace peligrosa, no se recomienda su empleo familiar. Se ha utilizado en homeopatía, en diversas dinamizaciones, para los trastornos del sistema nervioso. Externamente puede aplicarse en compresas antiflogísticas en los casos comunes de dermatosis.





35 CACAHUETE

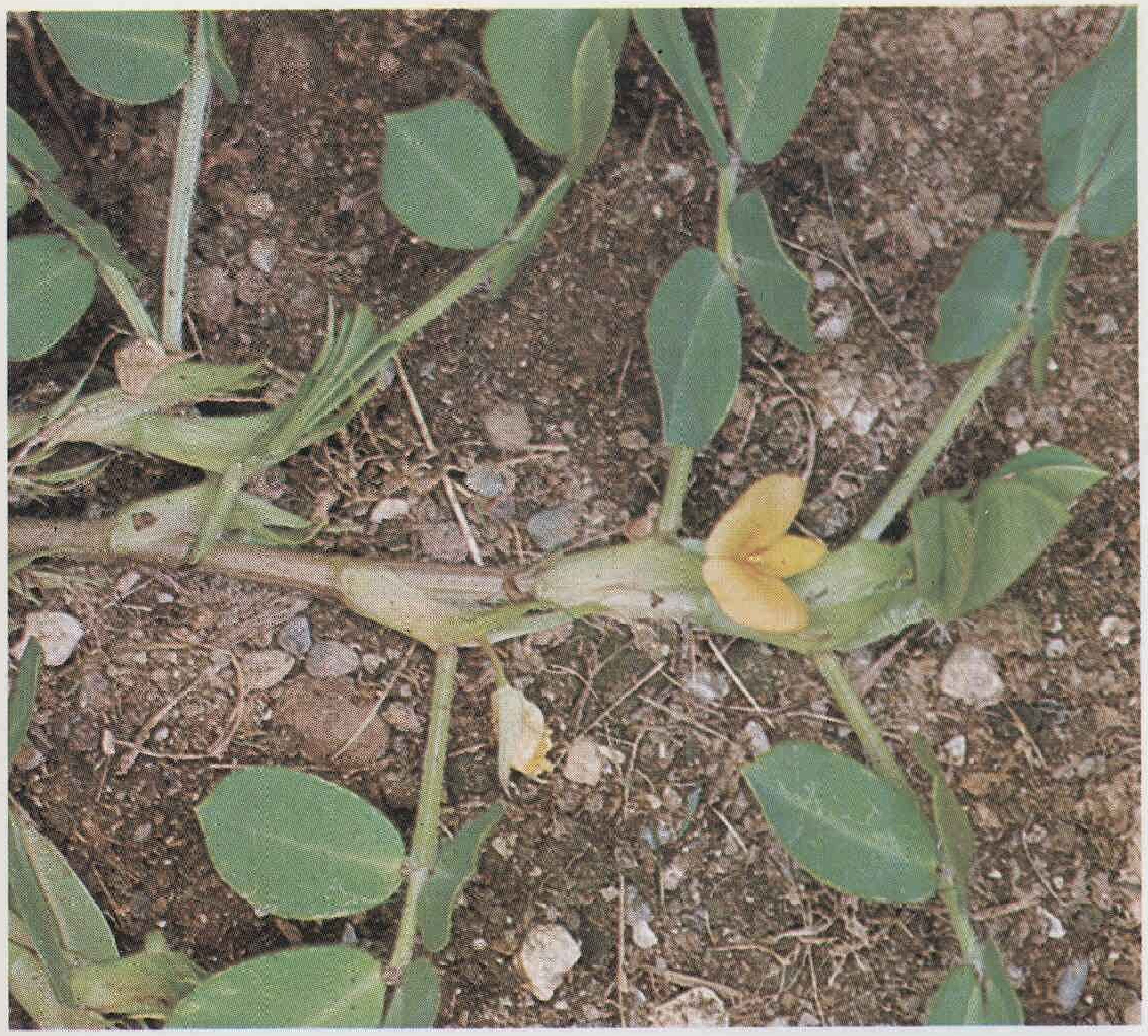
(cat.: *cacauet;* eusk.: *kakahuete*)
Arachis hypogaea

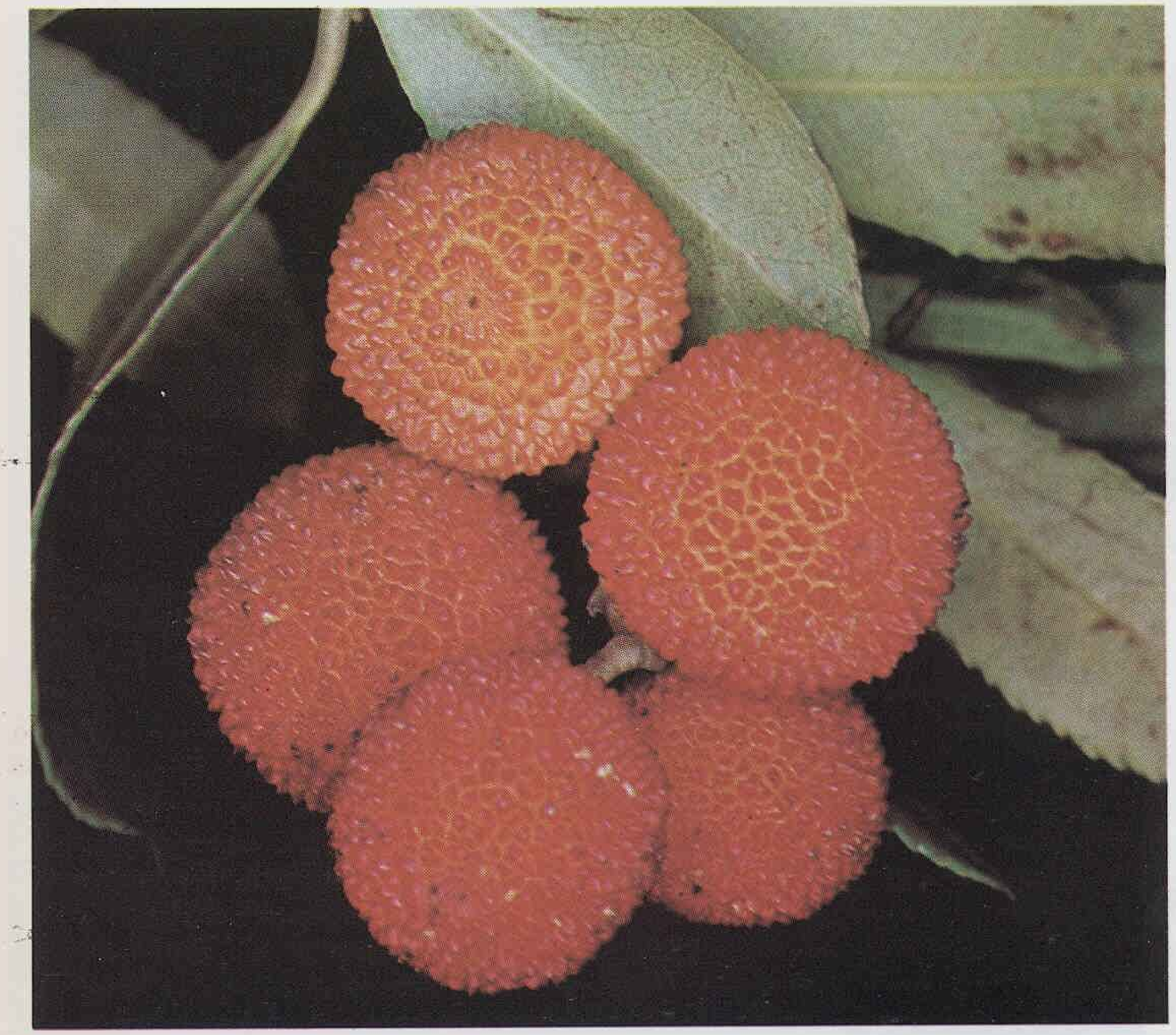
Familia Leguminosas.
Descripción Planta cespitosa herbácea, erecta, de 50-90 cm de altura. las hojas están formadas por cuatro segmentos ovales, sésiles, compuestos a pares y provistas de un largo pecíolo; en la axila se dispone la flor. Las flores presentan un cáliz tubular y la corola, compuesta de vexilo, alas y quilla. Los pétalos son amarillos, con una serie de estrías rojizas. El pedúnculo del ovario se alarga a fin de depositar el fruto en el suelo. El fruto está a su vez compuesto por una vaina cerrada, que contiene hasta cuatro semillas, rugosa y fibrosa. La planta prefiere el clima cálido húmedo, aunque fructifica también en la zona templada. Se cultiva. Silvestre, procede de plantaciones. Se recolecta en setiembre.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Amidas, azúcares, colina, araquina, aceite, proteínas, betaína.
Propiedades Nutritivas, fluidificantes.
Modo de empleo Harina.
Nota Esta especie se ha empleado masivamente para la obtención de un aceite industrial, en la alimentación humana y en farmacia como anticolesterolémico. Frecuentemente se adultera con aceite de sésamo y algodón. El aceite está compuesto por ácido oleico, palmítico, esteárico, aráquico, mírstico y ligocérico. Con las semillas tostadas se elabora un sucedáneo del café. La harina se emplea ampliamente para la fabricación de preparados para diabéticos, galletas y turrones.

36 MADROÑO

(cat.: *arboç;* eusk.: *gurrbitx*)
Arbutus unedo

Familia Ericáceas.
Descripción Arbusto que puede llegar a alcanzar varios metros de altura, glabro. El tallo es erecto, ramificado. La corteza, rojiza. Las hojas son alternas, persistentes y coriáceas, oblongas, elípticas, con el borde finamente dentado. Las flores son blancas o rosadas, reunidas en racimos colgantes. Bayas redondas, verrugosas, con pulpa amarilla y superficie de color rojo ladrillo. Crece en las costas rocosas del litoral mediterráneo, en África y en Australia. Se recolecta entre julio y agosto.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Arbusterina, tanino, ácido gálico, gaulterina.
Propiedades Astringente, diurético, antiséptico renal.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido.
Nota Los frutos se emplean para la confección de gustosas conservas, y contienen en promedio un 20 % de azúcares. Con ellos puede obtenerse mediante destilación alcohol y vinagre aromático. Las semillas no se aprovechan, a pesar de que contienen elevadas concentraciones de aceite graso.



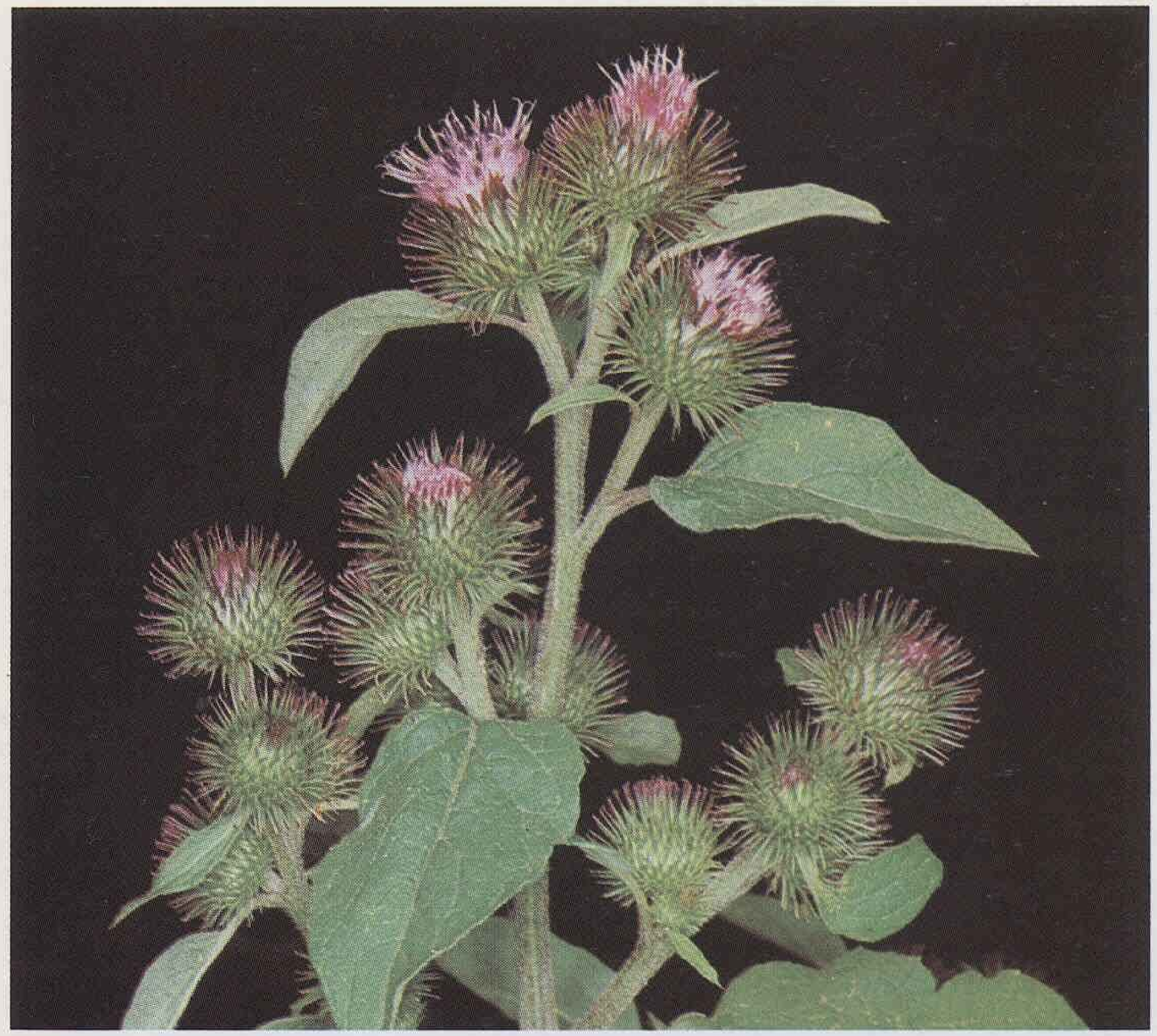


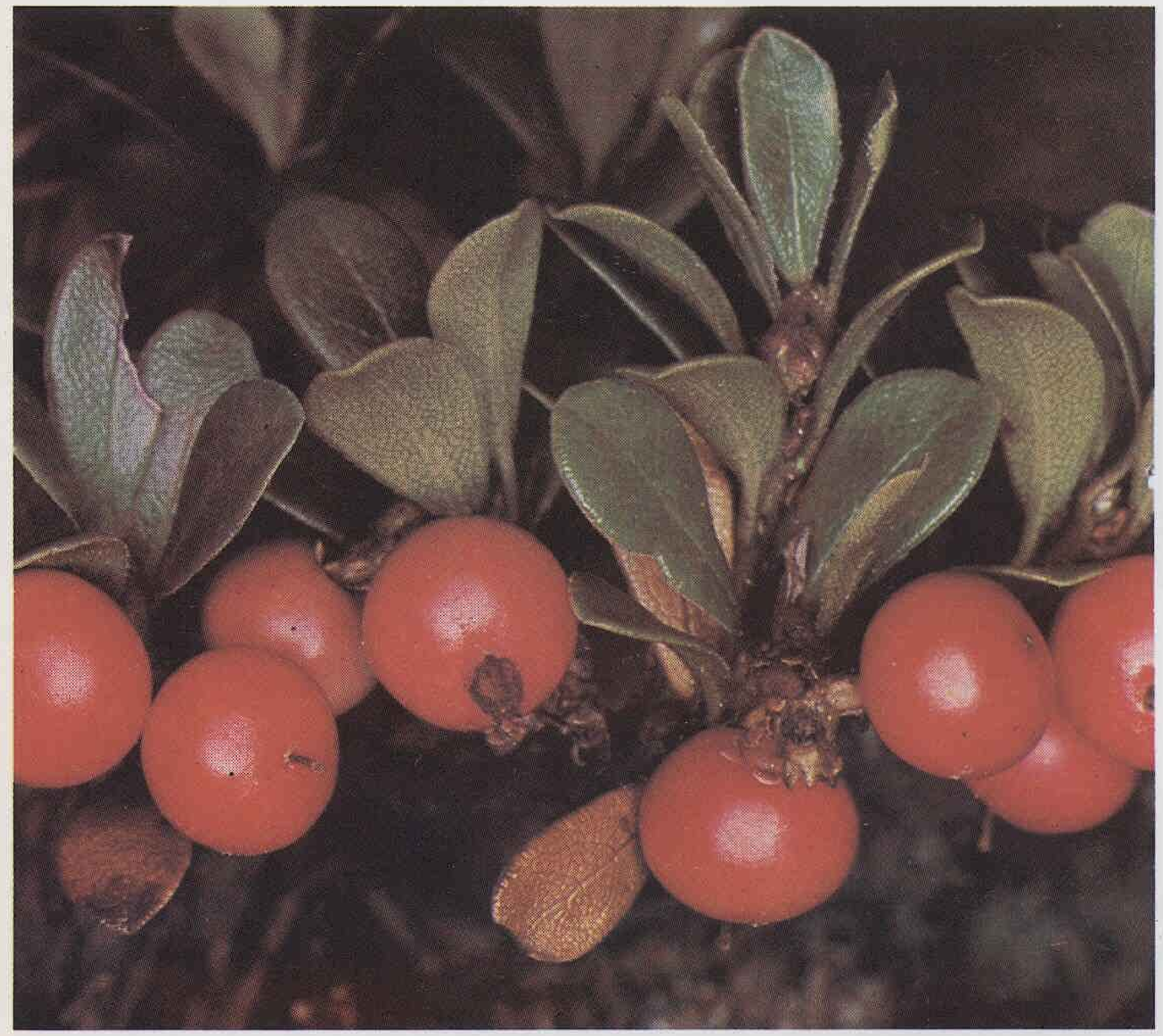
37 LAMPAZO MAYOR
(cat.: *bardana;* eusk.: *lapa*)
Arctium lapa

Familia Compuestas.
Descripción De *arktos,* nombre griego de la planta. Planta bienal que produce, al primer año, únicamente hojas basales. Presenta raíz axonomorfa, ramificada, de color pardo, que desprende un olor particular. El tallo, que puede alcanzar los 2 m de altura y 2-3 cm de grosor, se ramifica y lleva hojas más pequeñas que las basales. Las hojas son acorazonadas o bien ovaladas, muy grandes (las basales pueden alcanzar 50 cm de longitud y 40 de anchura), de color blanco, tomentosas en la cara inferior. Los capítulos son globosos, dispuestos en racimos, con escamas terminadas en una especie de garfio, salvo las internas. Las flores son de color púrpura. Los aquenios están aplastados, de color pardo. El vilano presenta una serie de sedas ásperas. Prefiere los lugares incultos y calizos. Se conocen numerosas variedades. Es abundante en Europa, América y Asia. Se recolecta en verano y se deseca rápidamente.
Partes utilizadas La raíz y las hojas.
Compuestos químicos Inulina, lapolina, aceite esencial, principio amargo, azúcar, antibiótico, compuestos de calcio y magnesio.
Propiedades Dermopática, diaforética, hipoglucemizante (raíz). Vulneraria, dermopática (las hojas).
Modo de empleo Decocción, polvo, jugo, cataplasma, ungüento.
Nota Las raíces jóvenes, correspondientes al primer año, son consumidas en algunas regiones una vez hervidas y también los pecíolos carnosos de las hojas basales. Se reconoce a la planta una acción enérgica contra la calvicie usando el jugo en fricciones locales.

38 GAYUBA
(cat.: *raïm d'óssa;* eusk.: *otso-mats*)
Arctostaphylos uva-ursi

Familia Ericáceas.
Descripción El nombre latino procede del griego *arktos,* oso, y *staphyle,* uva. Arbusto más o menos acostado y rastrero. El tallo es glabro, mientras que las ramas juveniles son tomentosas. Produce numerosas ramificaciones. Las hojas son persistentes, brillantes y coriáceas, algo pecioladas, obovadas, obtusas, con el margen entero, de color verde, menos intenso en la cara inferior. Flores rosadas colgantes, reunidas en racimos terminales situados en la axila de una bráctea carnosa. Cáliz pentapartido con lacinias. Corola caduca con la extremidad bastante cerrada. Ovario con cinco piezas con estilo provisto de cinco lóbulos. El fruto es una drupa umbelicada lisa de color rojo y sabor acídulo. Florece hacia mayo-junio. Se encuentra en el sotobosque húmedo o en lugares herbáceos escasamente soleados. Alcanza normalmente 30-40 cm de altura, pero puede llegar a medir un metro.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Los glucósicos arbutina y metilarbutina, ericolina, ursina, taninos, ácido gálico, ácido cítrico, esencia de quercetina.
Propiedades Diurética, astringente, litóntrica, antiflogística renal.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido.
Nota Las hojas suelen adulterarse a menudo con hojas de mirtilo rojo, de boj, mirtilo oscuro o mirto. Las hojas de la gayuba se emplean como aromatizantes de los tabacos de pipa, mientras que los frutos se aprovechan a nivel casero para la preparación de mermeladas.





39 CLEMÁTITIDE

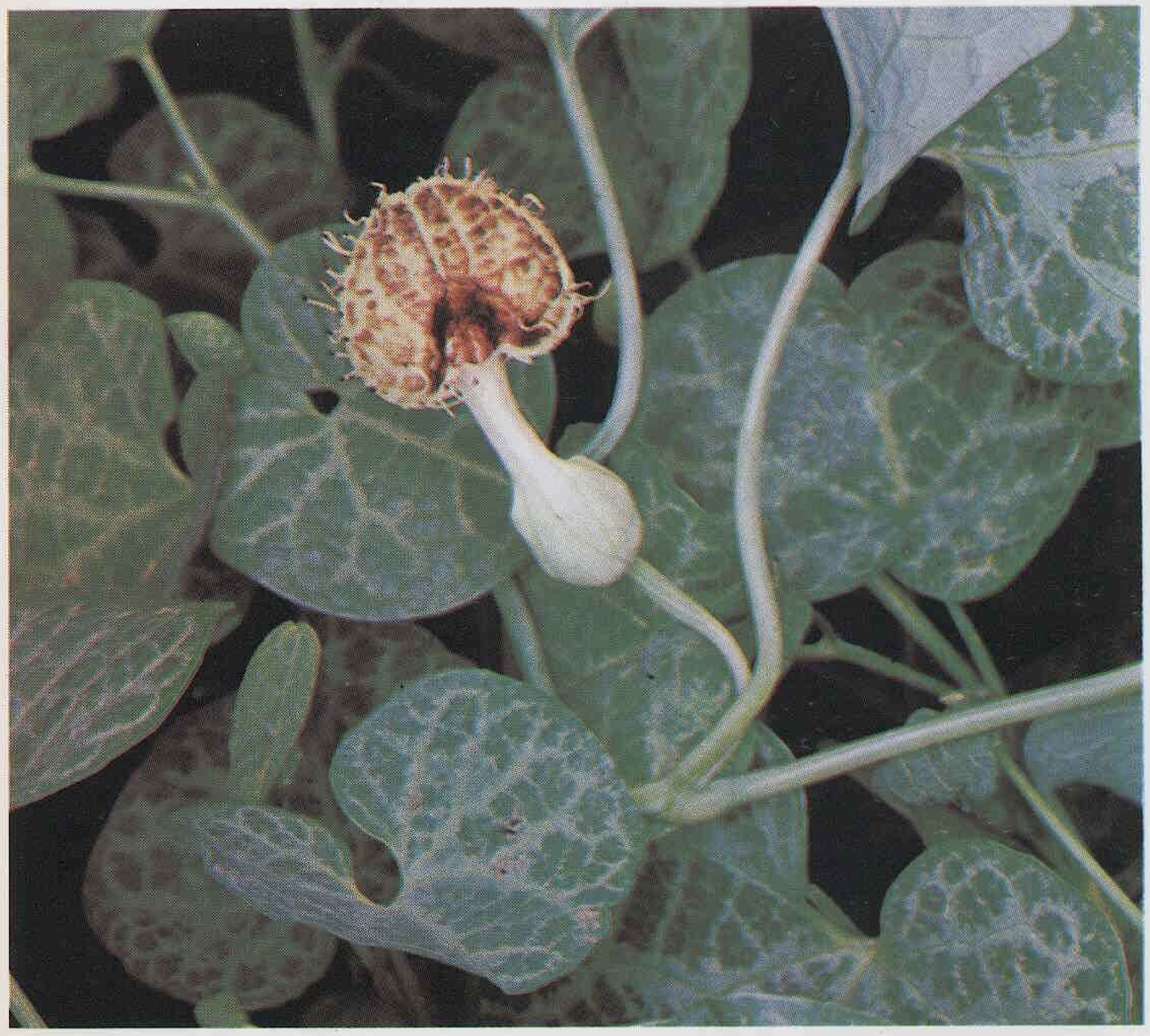
(cat.: *aristolòquia rodona*)
Aristolochia rotunda

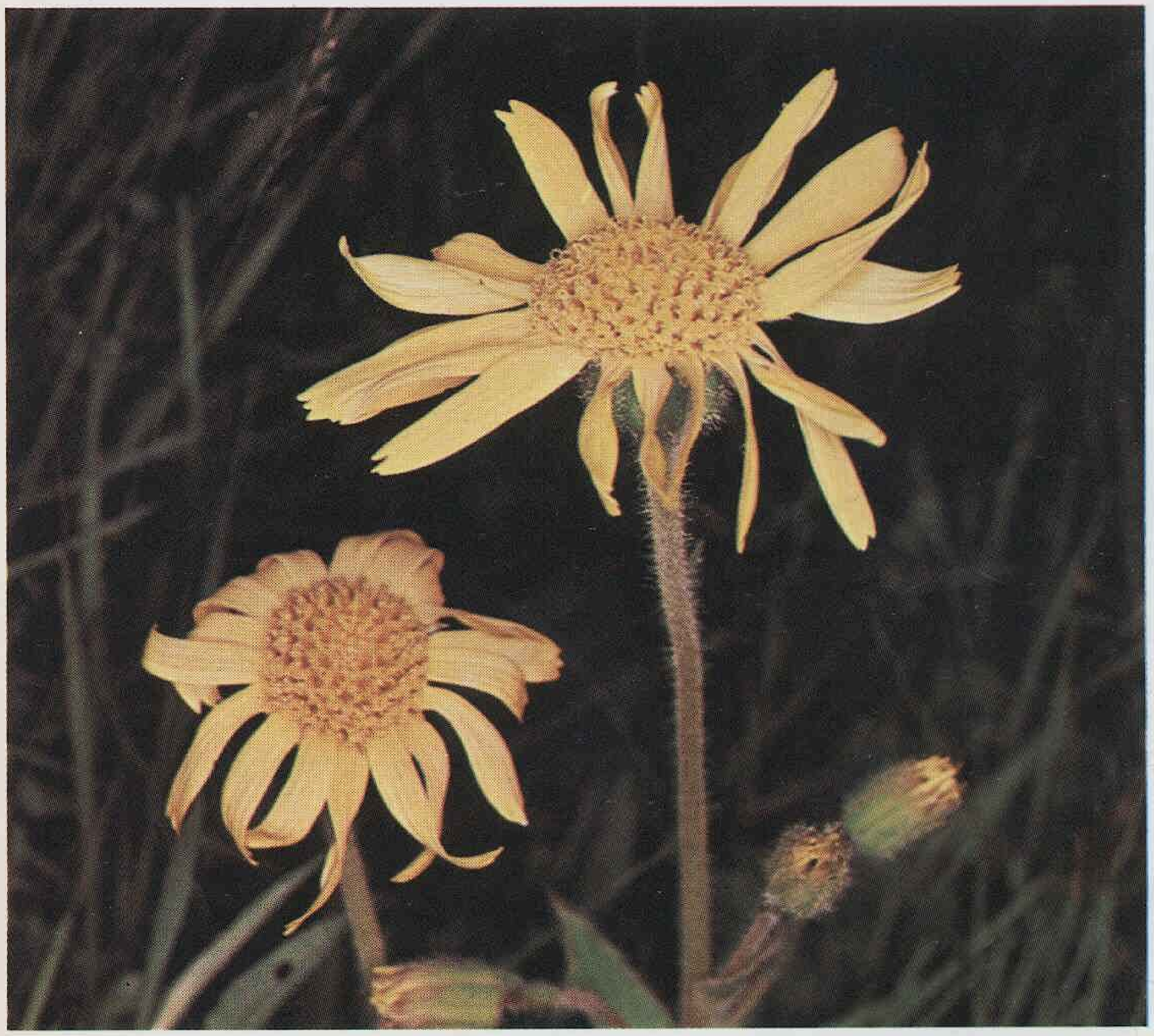
Familia Aristoloquiáceas.
Descripción Del griego *lochos,* parto, hierba que lo facilita. Se trata de una planta provista de raíz tuberosa, globosa, con numerosas radículas. A partir de ella se produce una serie de tallos escasamente ramificados, erectos, casi simples, frágiles. Las hojas poseen una forma ovadoacorazonada y son enteras, reticuladas, sésiles, amplexicaules. Las flores nacen en la axila de las hojas con pedúnculos cortos y corola amarilla, terminadas en un limbo oblongo, de color oscuro. El fruto es de forma ovoidal, con varias líneas longitudinales que contienen numerosas semillas albuminoideas. Se encuentra normalmente junto a los caminos, en prados y campos. Se recolecta en mayo. La planta alcanza un desarrollo en altura superior al medio metro.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Ácido aristolóquico, ulmina, tanino, azúcares, ácido málico, colorante.
Propiedades Broncosedante, tosífuga, emenagoga, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, tintura, polvos, extracto fluido.
Nota La raíz consumida a elevadas dosis puede tener efectos drásticos y provocar abortos y estados de envenenamiento con inflamaciones de las mucosas, enteritis y vómitos, seguido todo ello de una parálisis respiratoria. La decocción se usa externamente sobre úlceras de difícil cicatrización y en las fístulas sacrales. Se han alcanzado también buenos resultados en los eczemas y otras enfermedades de la piel.

40 ÁRNICA

(cat.: *àrnica;* eusk.: *usin-belar*)
Arnica montana

Familia Compuestas.
Descripción De *ptarmikos,* en relación a la capacidad de provocar estornudos. Planta rizomatosa, perenne, de 20-30 cm de altura en general. El rizoma se dispone horizontalmente. El escapo, rígido, es en general simple, tomentoso. Las hojas coriáceas son sésiles, glabras en la página inferior, de forma elíptica, enteras, pentanervias, formando una roseta basal. En el escapo pueden persistir algunas parejas de hojas. Los capítulos son terminales, de hasta 8 cm de diámetro. Las flores periféricas liguladas son de color amarillo anaranjado, con una pequeña lengua tridentada. Las flores centrales son tubulares. Los frutos son aquenios, pardos, pubescentes, con el vilano apicular. La planta se recolecta en verano y su hábitat puede definirse como de prado montano sobre terreno calizo.
Partes utilizadas Flores, rizoma.
Compuestos químicos Arnicina, arnisterina, inulina, esencia, tanino, fitosterina, ácido palmítico, esteárico, láurico. La esencia obtenida a partir del rizoma posee una riqueza de aproximadamente el 1 %, con olor intenso, color amarillo verdoso. La esencia obtenida de las flores es muy densa, de color naranja debido a la presencia de estearoptenos.
Propiedades Antiequimótica, antiflogística, cicatrizante, productora de estornudos, excitante del sistema nervioso.
Modo de empleo Tintura, infusión, extracto fluido.





41 ABRÓTANO

(cat.: *broida;* eusk.: *zizarebelar*)
Artemisia abrotanum

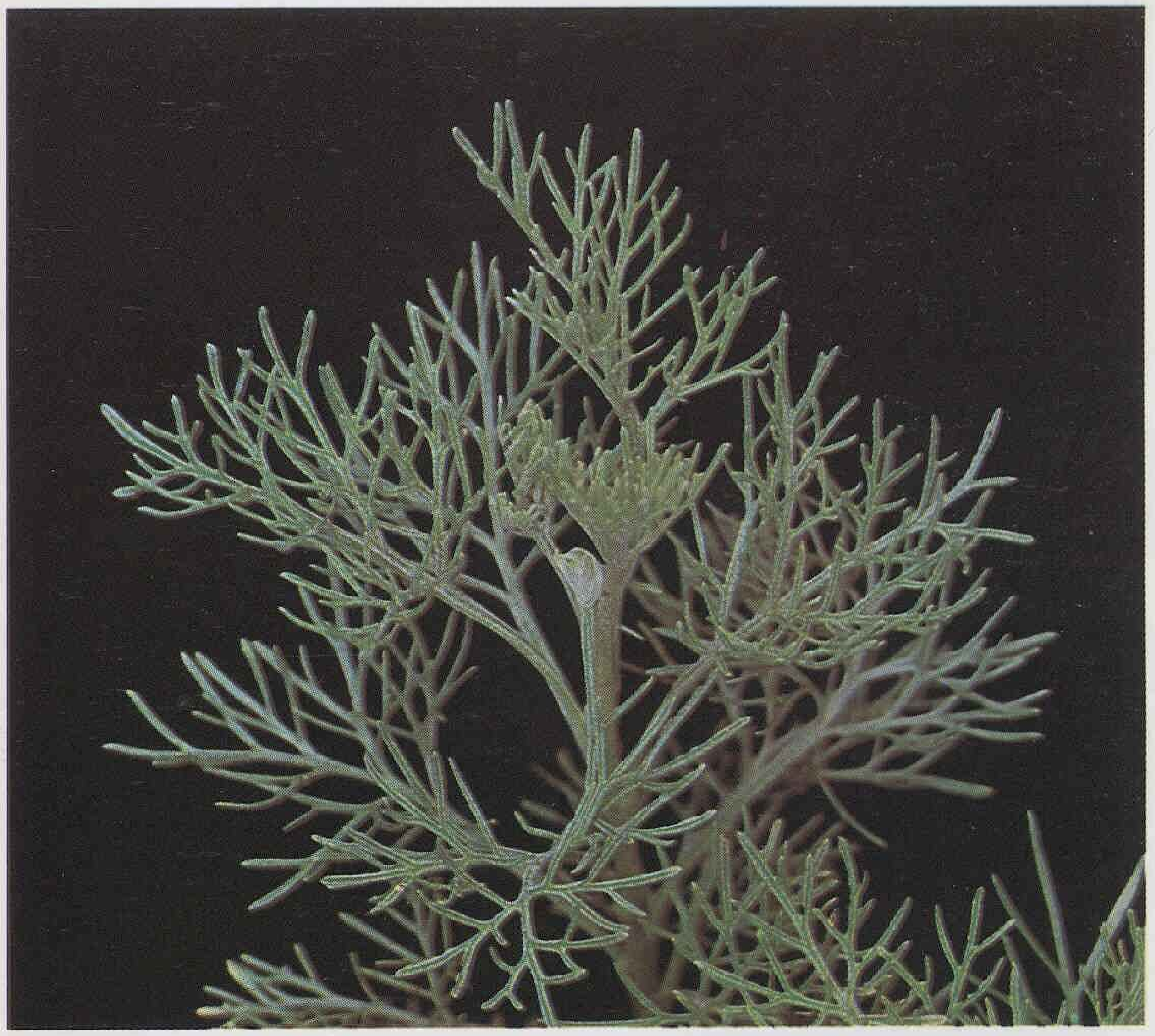
Familia Compuestas.
Descripción Sufrútice de raíz leñosa, serpiginosa. El tallo es erecto y distintamente ramificado, recubierto de tomentosidad. Las hojas son bipartidas con lacinias lineares, pubescentes, de color blanco plateado. Las flores se reúnen en capítulos amarillentos, formados por un panículo. El involucro hemisférico está constituido por brácteas lanceoladas. El fruto es un aquenio comprimido. Planta muy escasa en estado silvestre y común en cultivo en huertos y jardines. Alcanza fácilmente la altura de un metro. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Esencia, abrotanina, tanino.
Propiedades Antihelmíntica, estomacal, colagoga, emenagoga.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura, esencia, jarabe, agua destilada.
Nota La esencia se emplea generalmente en perfumería para proporcionar características peculiares. La planta se consume también en ensaladas, como condimento y para preparar vinagre aromático, a nivel casero o industrial. Dadas sus propiedades emenagogas, se desaconseja su uso a las mujeres encintas. En algunas regiones se emplea como infusión contra las verminosis infantiles o como hemostático o vulnerario sobre pequeñas heridas. Aplastada sobre la piel tiene la propiedad de mantener alejadas a las moscas y otros insectos.

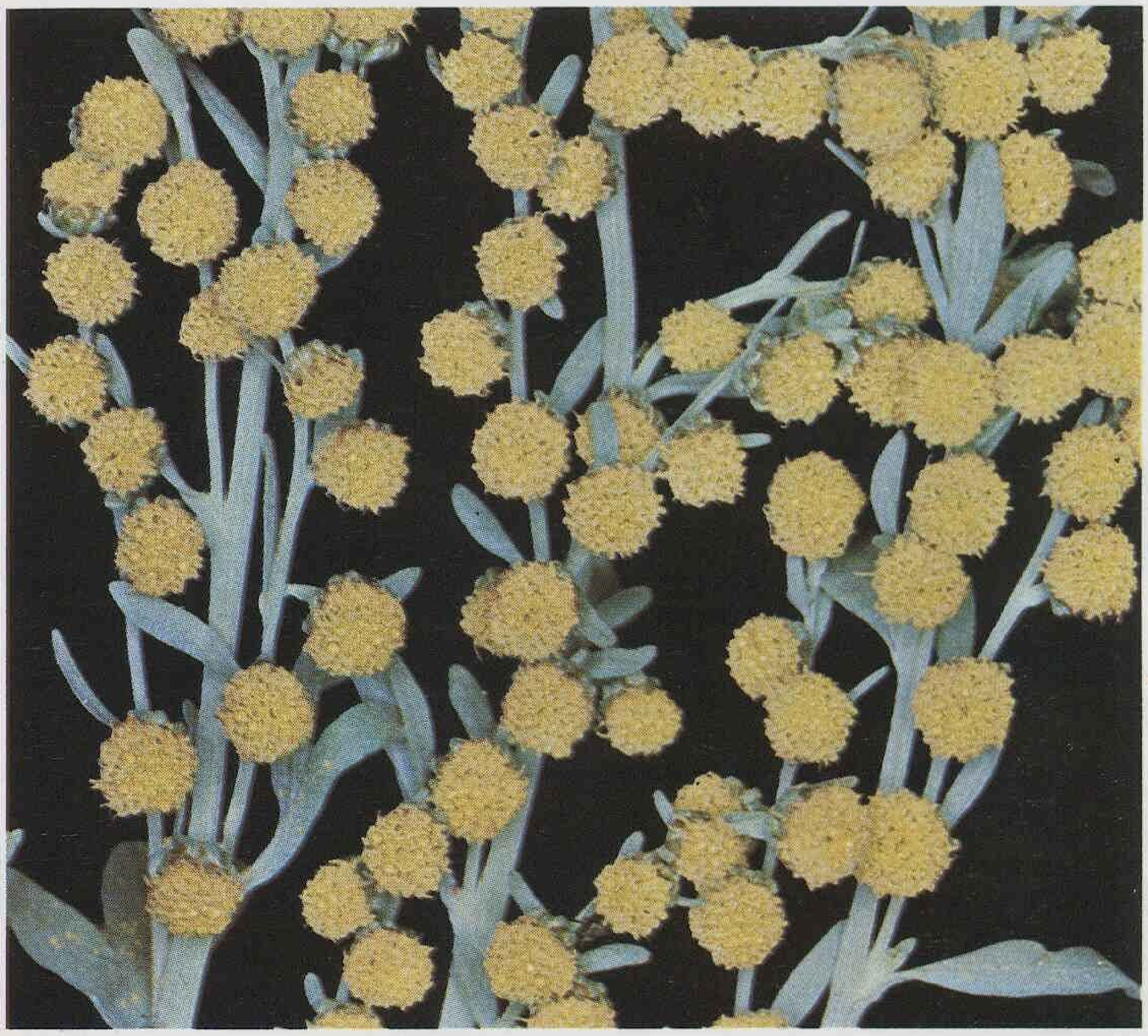
---

42 AJENJO

(cat.: *encens;* eusk.: *asentsio*)
Artemisia absinthium

Familia Compuestas.
Descripción De *absinthium,* carente de dulzor. Planta perenne, con raíz axonomorfa, de un metro aproximado de altura. El tallo es leñoso, con numerosas hojas alternas; las radicales son laciniadas y están provistas de un largo pecíolo, las caulinares bipinnadas, todas con tomentosidad blanquecina. Las flores son tubulosas, de color amarillento, reunidas en capítulos que forman un panículo terminal. Los frutos son aquenios lisos de forma obovada. Prefiere los terrenos arcillosos, secos e incultos de toda Europa. La planta se recolecciona entre mayo y agosto.
Partes utilizadas Las hojas y extremidades floridas.
Compuestos químicos Contiene el glucósido absintina, tanino, nitrato de potasio, mientras que en el aceite esencial se ha localizado fundamentalmente tujón, felandreno y un sesquiterpeno. El aceite esencial (de color verde azulado si se extrae de una planta fresca y amarillo si procede de una desecada) contiene un 0,4 % de esencia y posee una densidad de 0,93.
Propiedades Amarga, antihelmíntica, esplecnobiliar, emenagoga, colagoga, antisaturnísmica.
Modo de empleo Polvo, enolito, tintura, infusión, oleolito.
Nota La planta se utiliza básicamente para macerar alcoholes y destilados de sabor amargo; se ha usado también como sustituto del lúpulo en la fabricación de cerveza. En dosis elevadas o bien la toma durante períodos prolongados de licores a base de ajenjo provoca intoxicaciones y fenómenos convulsivos y epiletiformes. El uso de preparados de ajenjo ha demostrado una acción antitóxica sobre el saturnismo.





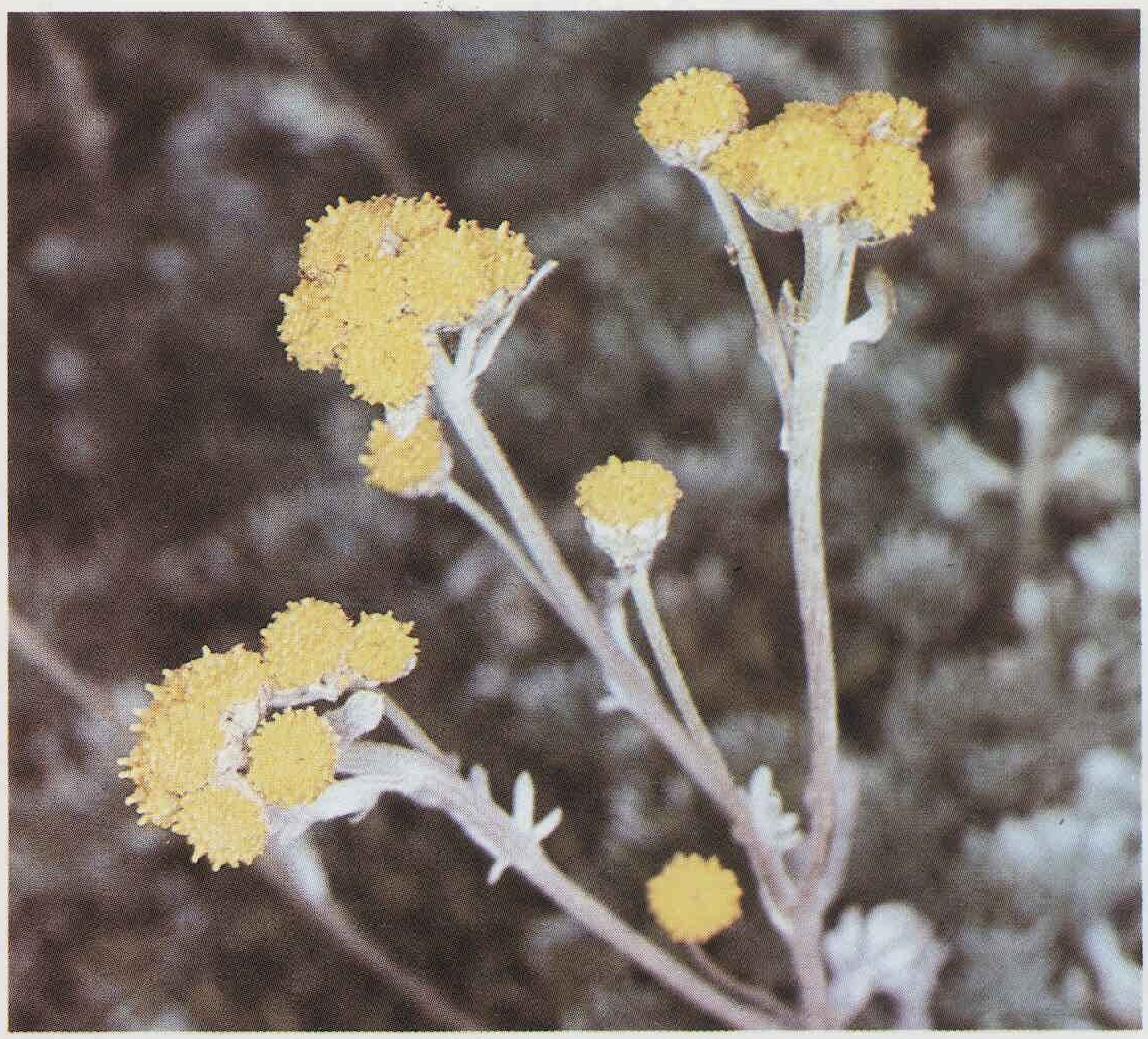
43 AJENJO
Artemisia glacialis

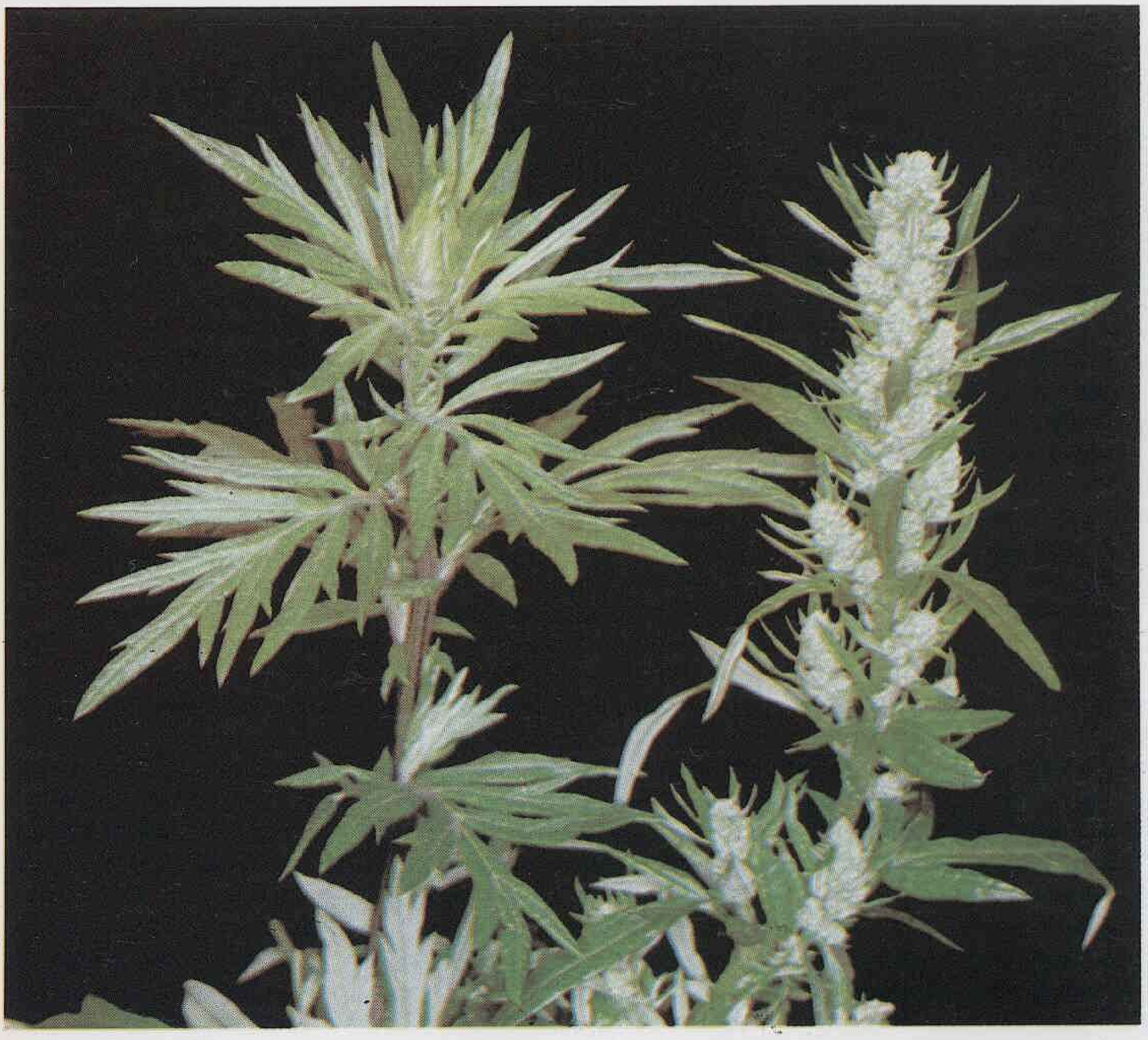
Familia Compuestas.
Descripción De *artemes,* sano. Planta de aproximadamente 10 cm, con raíz axonomorfa, de color plateado y olor aromático. El tallo es simple, erecto; las hojas, profundamente divididas, son laciniadas o enteras. Las flores forman capítulos dorados. El involucro consiste en una bráctea aterciopelada. Los frutos son aquenios aplastados. Vive en lugares rocosos por encima de los 1.500 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Contiene un principio amargo, aceite esencial (cineol), resina, tanino. La esencia que se obtiene a partir de la planta desecada presenta un contenido del 0,1 al 0,3 %. Posee olor aromático y consistencia mantecosa.
Propiedades Digestivo, antimeteórico, sedante, estomacal, expectorante.
Modo de empleo Infusión, tintura, jarabe, extracto fluido.
Nota Muy utilizado, junto a otras especies próximas, en la preparación de licores. La utilización, desde el punto de vista medicinal, está limitada a las regiones en las que crece espontáneo. Parece además que los preparados a base de esta especie presentan una acción sobre el denominado mal de montaña. El uso indiscriminado de la planta ha llevado en algunos países a considerarla como especie protegida. Como cura de emergencia, se emplean compresas a base de triturados de esta especie, aplicándolas sobre las heridas.

---

44 ARTEMISA
(cat.: *artemisa;* eusk.: *erle-belar*)
Artemisia vulgaris

Familia Compuestas.
Descripción De *Artemis,* Diana. Planta perenne de rizoma leñoso, tallo erecto anguloso, ramificado en la extremidad. Las hojas son alternas, sésiles, de color verde, blanquecinas en la cara inferior, pinnadas con incisiones, dentadas y dobladas hacia la parte superior. Las flores se agrupan en glomérulos formando una panícula terminal de color rojizo o amarillento. Los aquenios son lisos y carecen de vilano. La planta desprende un olor característico. Es común en estado silvestre en todos los sitios, desde el litoral a la montaña, preferentemente sobre suelos incultos y en escombros. Puede alcanzar una altura superior a metro y medio. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Esencia, inulina, resina, artemisa. En la esencia, que presenta un rendimiento medio del 0,3 %, están presentes básicamente cineol, eucaliptol y terpenos.
Propiedades Emenagoga, digestiva, antiespasmódica, antihelmíntica, antidiabética.
Modo de empleo Infusión, tintura, polvo, extracto fluido, esencia, agua destilada.
Nota Su uso está contraindicado a las gestantes por su intensa acción congestionante uterina. La esencia se emplea en preparaciones insecticidas, a menudo asociada al pelitre. No se usa jamás como forraje ya que da olor desagradable a la leche. Se emplea junto al ajenjo como amargante en la preparación de licores. Antaño se cultivó para la obtención de materia prima con destino a la industria textil, aunque con escaso resultado.

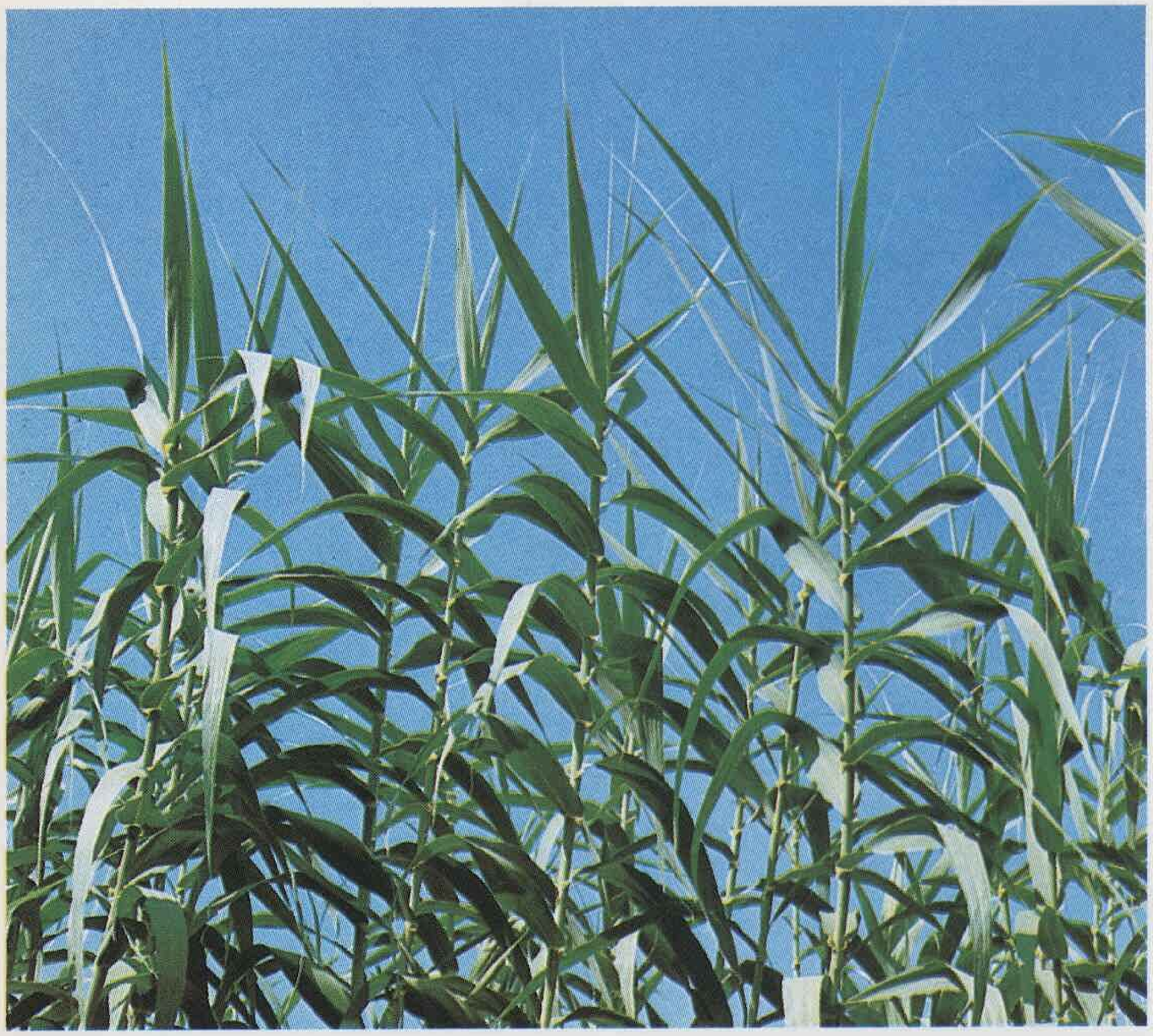




45 CAÑA COMÚN

(cat.: *canya;* eusk.: *canabera*)
Arundo donax

Familia Gramíneas.
Descripción Planta herbácea de considerable altura, la mayor de todas las gramíneas europeas, ya que alcanza fácilmente los 5 m. El rizoma es grande y nudoso, sinuoso. El culmo, hueco y lignificado, es portador de las hojas envainantes, lanceoladas en la base y que llegan a medir 60 cm, de color verde claro. Las flores se disponen en una panícula apical, también de medio metro de longitud, verde al principio y después violácea. Las glumas son carenadas e iguales. El fruto es una cariópside. Común en las zanjas y lugares húmedos de toda Europa meridional. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Resina, esencia, azúcares, sílice, sales de calcio y potasio.
Propiedades Diurética, galactófuga, diaforética.
Modo de empleo Decocción, polvos.
Nota Los culmos son muy conocidos, ya que se utilizan como sostén de numerosos cultivos hortícolas, y también para la obtención de celulosa. Las hojas son empleadas en algunas regiones como forraje. El rizoma, además de los usos medicinales que presenta, puede emplearse en la planificación. La panícula terminal se ha usado en el campo a modo de rudimentaria escoba.

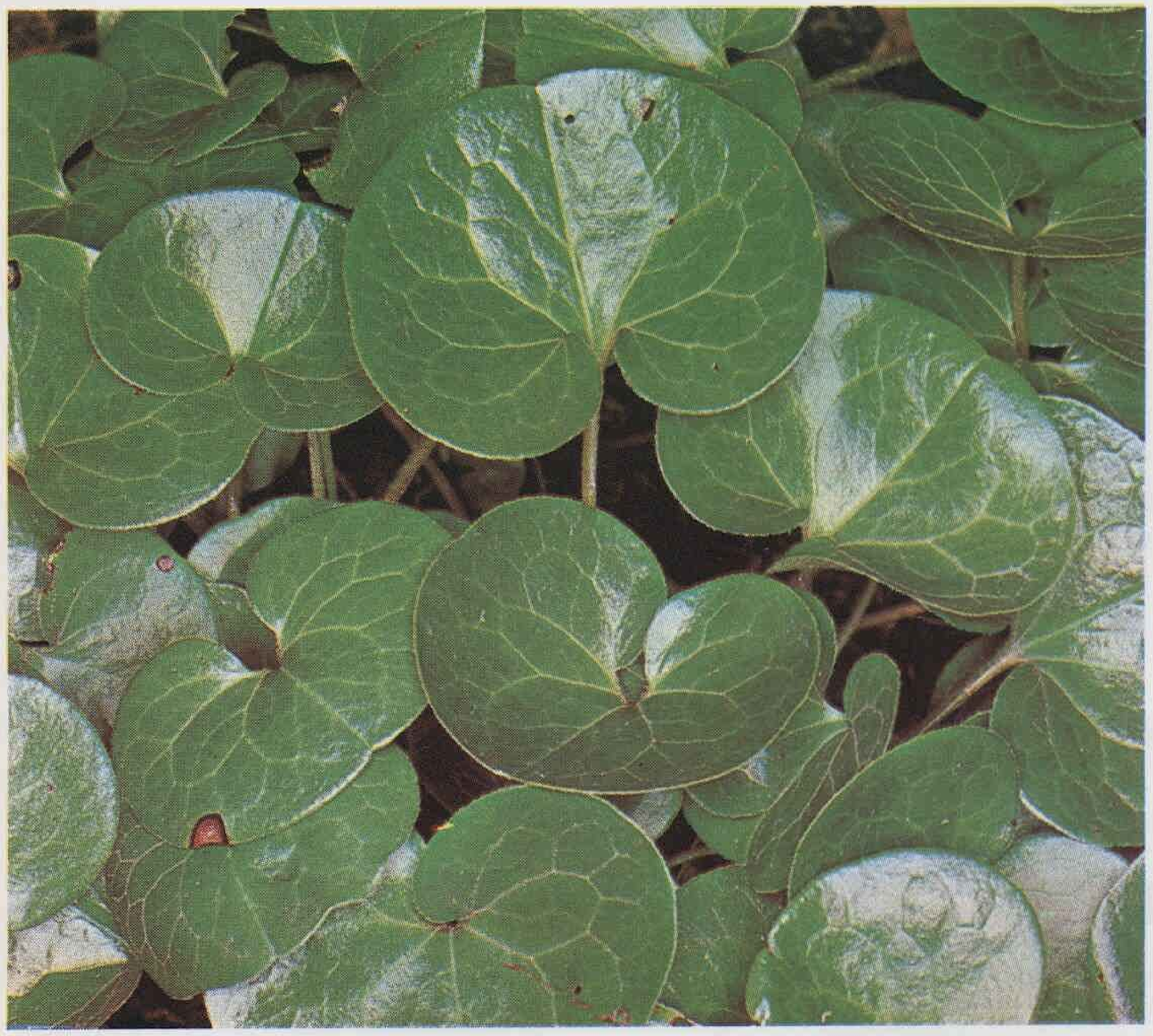


---

46 ÁSARO

(cat.: *atzarí*)
Asarum europaeum

Familia Aristoloquiáceas.
Descripción Del griego *asaron,* náusea. Planta perenne, rastrera, con el rizoma estolonífero y con pequeñas ramitas portadoras de hojas persistentes reniformes, con largo pecíolo y acorazonadas en la base. Las flores, hermafroditas, quedan ocultas por los pecíolos, con el perigonio trilobulado, de color verde violáceo. El androceo posee doce estambres, el gineceo seis cavidades, con un estigma hexalobulado. El fruto es una cápsula trivalva que contiene semillas rugosas ovoidales dispuestas en dos hileras. Crece en los bosques húmedos, preferentemente en los hayedos. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Aceite esencial, sacarosa, alcanfor, asarina, ácido tánico.
Propiedades Hemética, expectorante, diaforética, desencadenadora de estornudos.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, extracto blando, tintura, jarabe.
Nota El polvo produce estornudos al igual que el de la adelfa. La planta se utiliza en la fabricación de licores, si bien se han suscitado algunas dudas acerca de la toxicidad de determinadas dosis. Produce nefritis y metritis, y se conocen también algunos casos mortales por el consumo de elevadas dosis. Cogida fresca y estregada produce olor de trementina, mientras que el rizoma masticado produce sensación de ardor de boca, bloqueando la sensibilidad nerviosa. Seca es completamente atóxica.



47 ESPARRAGUERA

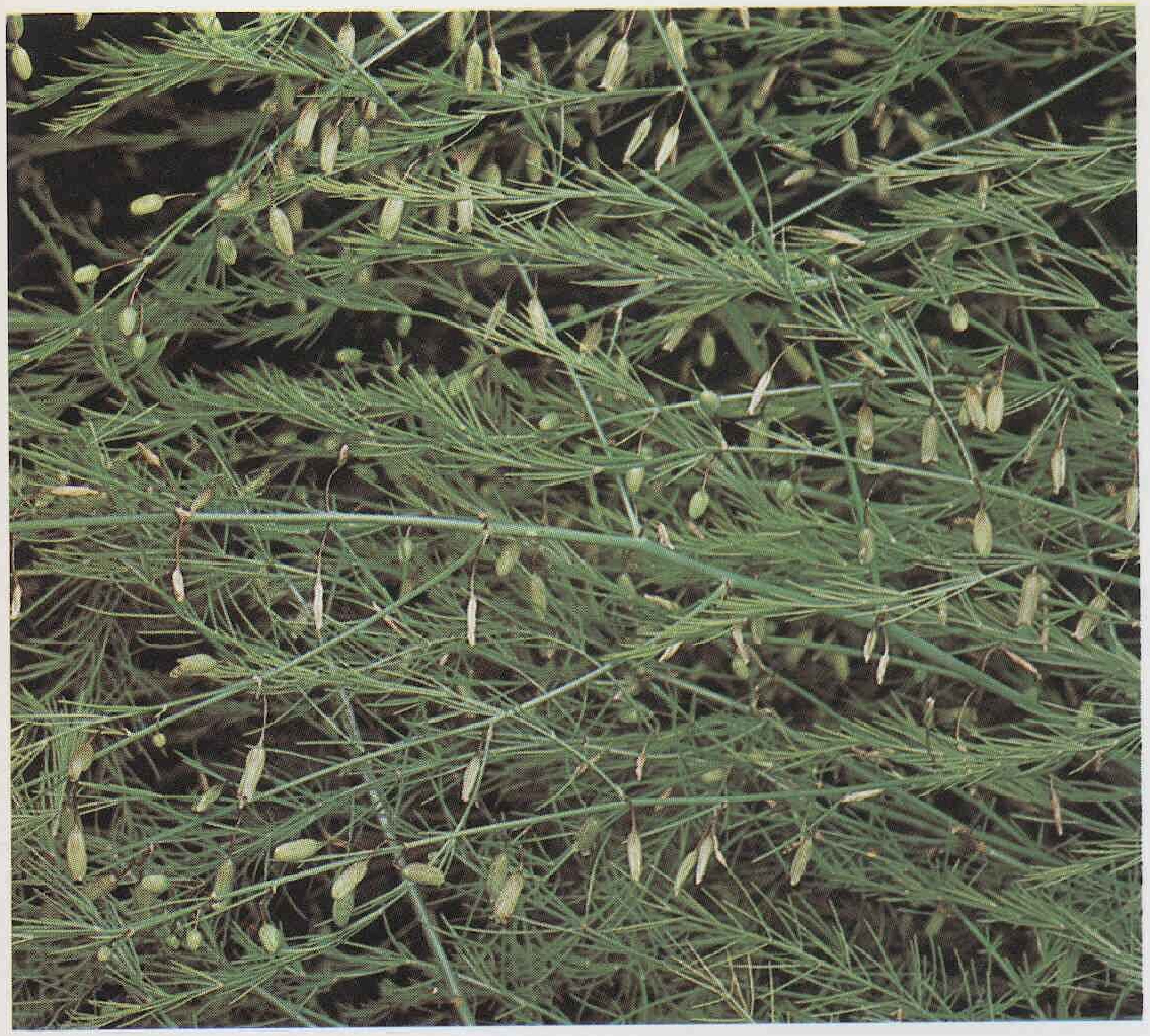
(cat.: *esparreguera;* eusk.: *prantzes-porru*)
Asparagus officinalis

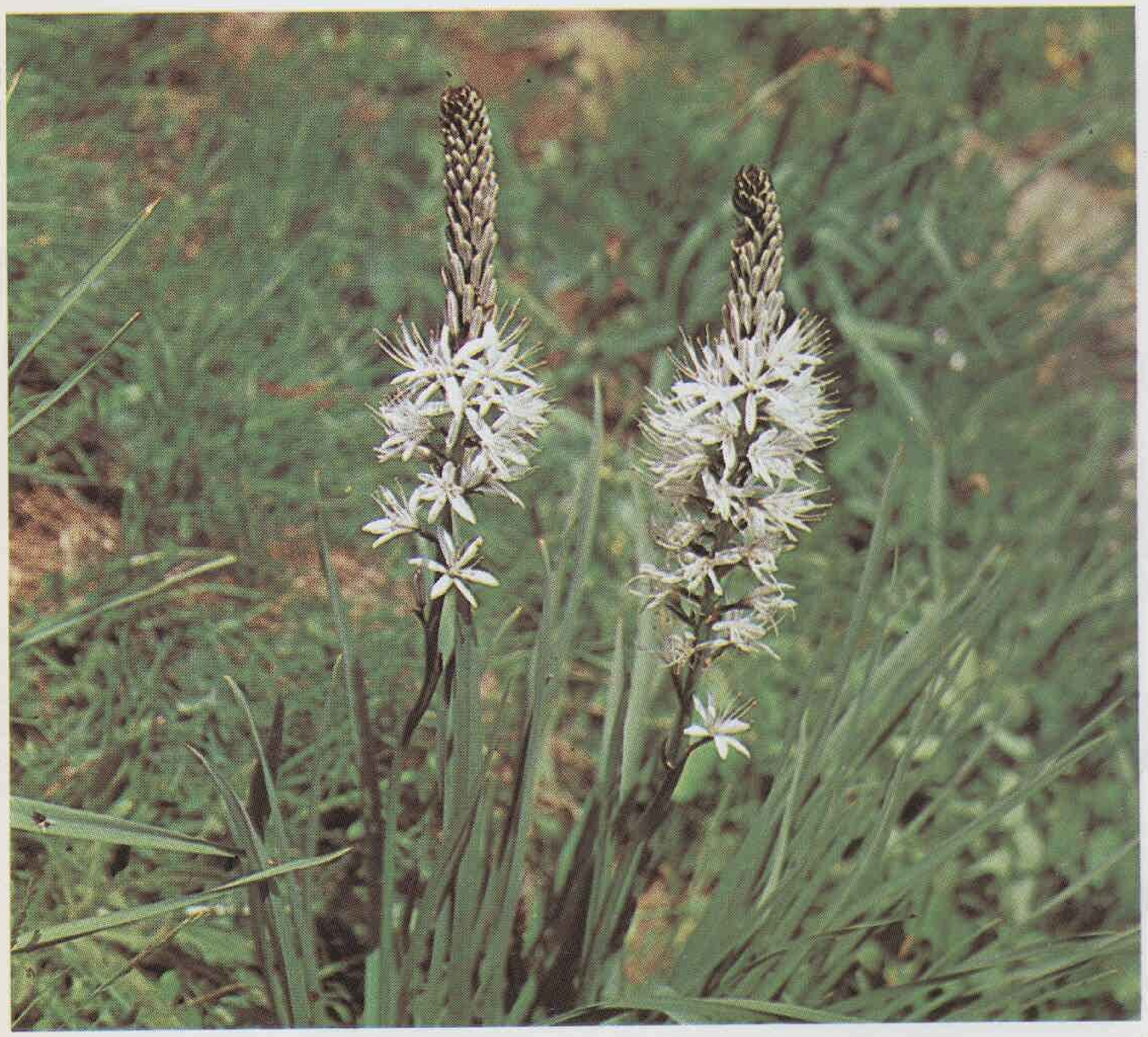
Familia Liliáceas.
Descripción Del griego *spargao,* turgente. Planta perenne con un pequeño rizoma. El caule puede superar los dos metros de altura. Está bastante ramificado, con ramas largas y delicadas y ramitas parecidas a hojas (cladodios). Las flores, masculinas o femeninas, son sostenidas por pequeños pedicelos. Poseen perigonio acampanado con los tépalos de color blanco verdoso. El androceo posee seis estambres. Los espárragos o turiones se desarrollan a partir del rizoma y están cubiertos por escamas procedentes de hojas metamorfoseadas. El fruto es una baya que contiene hasta cuatro semillas. La recolección tiene lugar después de la recolección de los espárragos. En general se cultiva, pero no es raro encontrar ejemplares en estado silvestre en zonas arenosas o en las proximidades de setos.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Asparagina, mucilagina, azúcar, esencia, anhídrido fosfórico, fosfato de potasio, vitaminas B1, B2, C, ácido gálico y tánico.
Propiedades Diurética, antipletórica, antidrópica.
Modo de empleo Decocción, jarabe, extracto fluido.
Nota Esta especie participa en la elaboración del jarabe de las cinco raíces. Los espárragos están contraindicados para quienes sufren la formación de cálculos renales, los enfermos de cistitis y diabetes, en las nefritis y en los casos de gota. Se ha descrito también una acción cardiosedante, semejante al adonis. Es interesante citar también la acción antileucémica de la L-asparaginasa, enzima de la asparagina.

48 ASFÓDELO

(cat.: *asfòdel*)
Asphodelus ramosus

Familia Liliáceas.
Descripción Planta herbácea, con raíces tuberosas engrosadas, escapo simple y hojas basales ensiformes, carnosas, glabras. Las flores se disponen en racimos, con los pedúnculos emergiendo de una bráctea. Seis tépalos con nerviaciones de color blanco y rojizo. El fruto es una cápsula ovalada, tripartida, con las semillas negruzcas. Común en los prados y terrenos próximos al litoral. El escapo puede alcanzar un metro de altura. La recolección tiene lugar en setiembre.
Partes utilizadas Los tubérculos.
Compuestos químicos Asfodelina, resina, asfodelósido, mucílago, sacarosa.
Propiedades Detergente, vulneraria, antidermatosis, emoliente.
Modo de empleo Decocción, tintura, pulpa.
Nota Los tubérculos se consumieron antaño, pero dada la presencia de asfodelina, se desaconseja su toma y también el uso interno para los enfermos de nefritis y gastritis. A partir de los tubérculos, y previa fermentación, puede obtenerse alcohol. El uso del asfódelo es casi siempre externo, en cosméticos, sobre los eritemas y como aclarante de los efélides. Se emplea también como béquico a causa del alto contenido en mucílagos.





49 RUTA MURARIA

(cat.: *ruda de paret;* eusk.: *txarrangil*)
Asplenium ruta-muraria

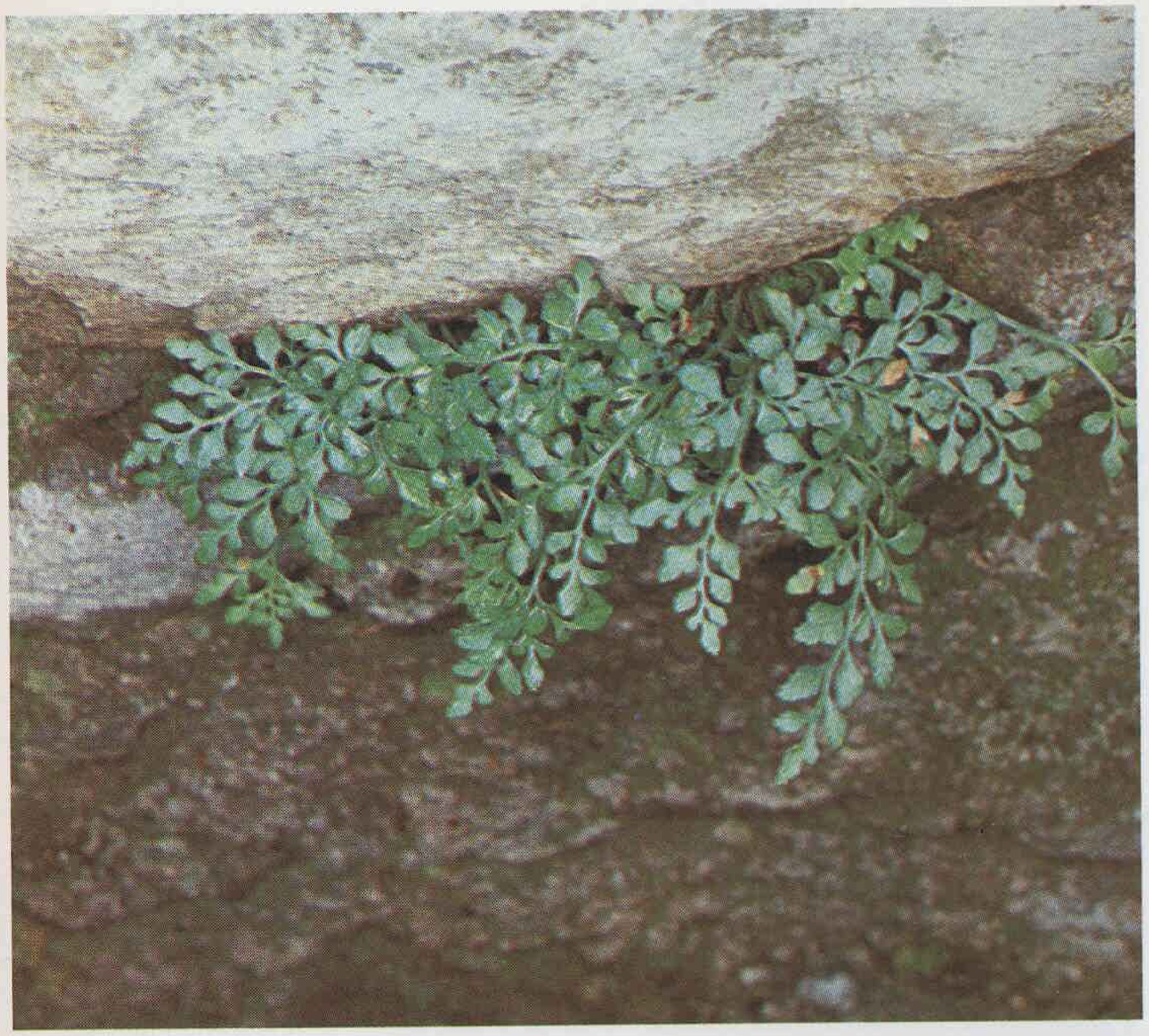
Familia Polipodiáceas.
Descripción Planta criptógama provista de un pequeño rizoma, con abundantes raicillas y cubierto por escamas. Los frondes son coriáceos, de color verde oliva, persistentes, bipinnatisectos, con numerosas subdivisiones obtusas. Los soros se disponen en la cara inferior y son lineares. Mide por término medio 10 cm de altura. Es bastante frecuente en los muros, sobre las rocas, entre las fisuras, especialmente en las zonas montañosas de altitud media. Se recolecta a finales de primavera.
Partes utilizadas Los frondes.
Compuestos químicos Taninos, sales, mucílago, ácido gálico.
Propiedades Emenagoga, oftálmica, astringente.
Modo de empleo Infusión, polvo, tintura, agua destilada.
Nota Con los frondes se prepara el agua destilada que siempre ha proporcionado notables resultados en las oftalmias y en numerosas enfermedades de los ojos, en forma de colirio. Esta especie se ha cultivado también con fines ornamentales, pero no ha encontrado mucho aprecio. Su contenido en taninos hace que posea una suave acción hemostática al utilizarla sobre pequeñas heridas.

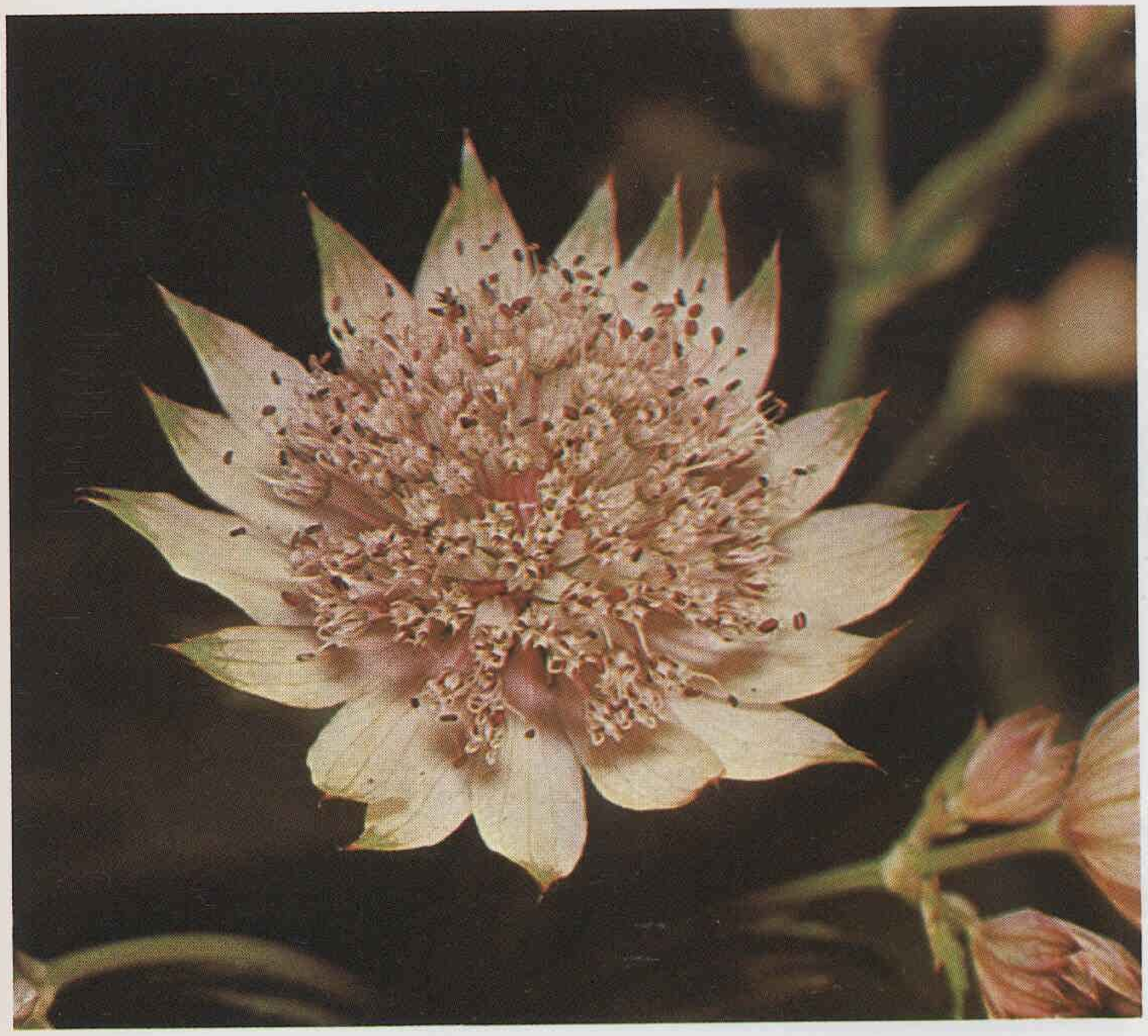
---

50 ASTRANCIA

(Cat.: *astrància*)
Astrantia major

Familia Umbelíferas.
Descripción Planta herbácea que mide aproximadamente medio metro de altura, con raíz oscura aromática y tallo liso. Las hojas radicales son compuestas, provistas de un largo pecíolo, amplexicaules. Son palmadolobuladas, con cinco lóbulos ovales aserrados. Las hojas apicales son pequeñas, sésiles, simples. A partir de éstas sobresalen las flores, solitarias o en grupos de dos o tres, agrupadas en umbela, pedunculadas, de color claro, con los componentes florales aparentes y las brácteas de color gris oscuro, estriadas. El fruto es un aquenio desarrollado, rugoso y abigarrado. Crece en los bosques húmedos, junto a los cursos de agua, o bien cultivada en los jardines. Florece de junio a setiembre, y se recolecta precisamente en otoño.
Partes utilizadas Las raíces.
Compuestos químicos Materias colorantes, sales, taninos, sustancias purgantes, resinas.
Propiedades Purgantes.
Modo de empleo Decocción.
Nota Esta especie se presta a ser desecada para su utilización en composiciones florales o a modo de planta ornamental en los jardines rocosos. El uso de la planta completa en infusiones provoca una ligera diuresis.

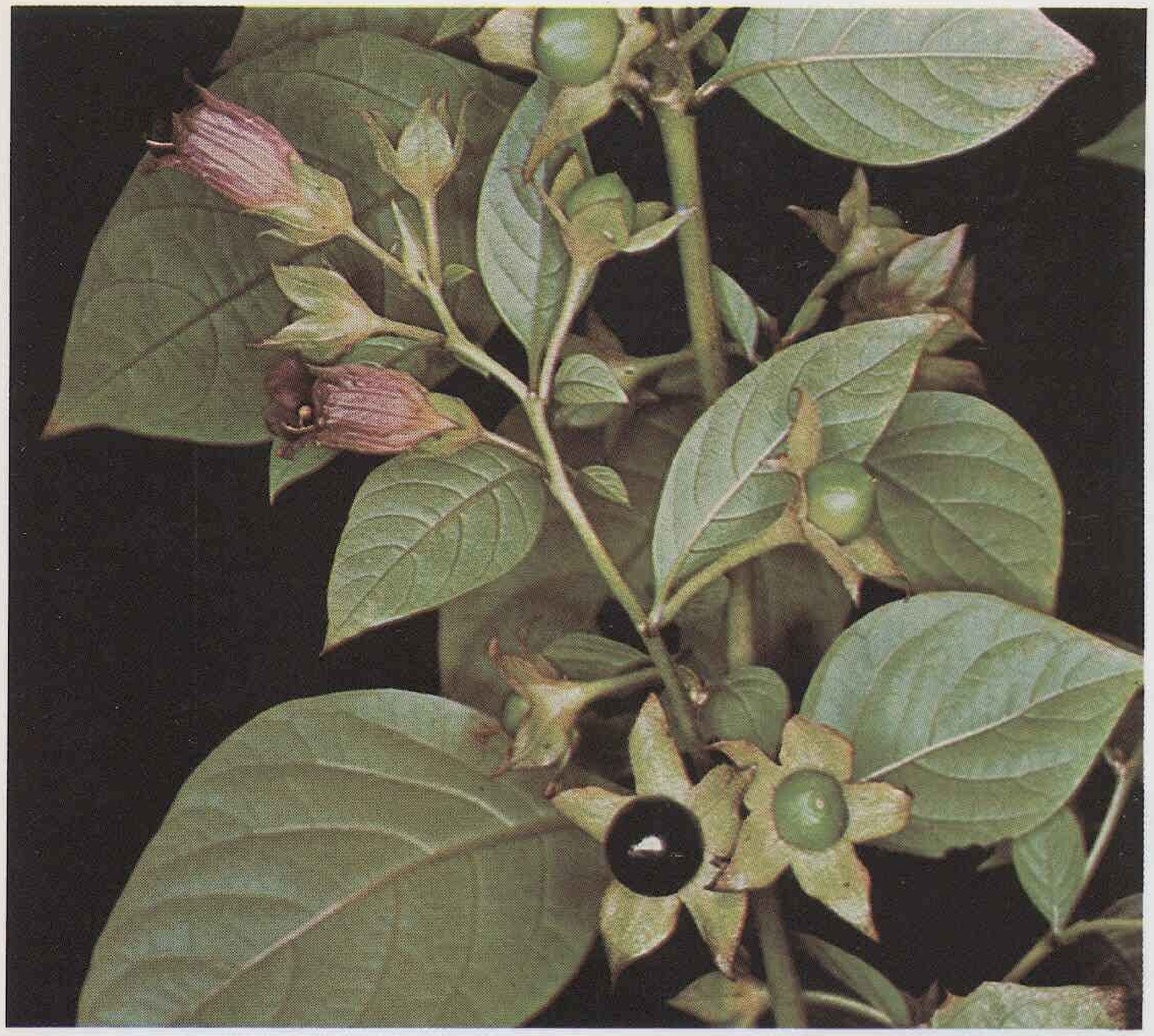




51 BELLADONA

(Cat.: *belladona;* eusk.: *belaiki*)
Atropa belladonna

Familia Solanáceas.
Descripción De *belladonna,* colorante extraído de las bayas, y de *Atropos,* una de las Parcas. Planta perenne, con raíz carnosa de color grisáceo, que surge a partir de un rizoma grueso provisto de yemas purpúreas. El tallo es cilíndrico y puede alcanzar en algunos casos el metro de altura, ramificado y pubescente. Las hojas son ovaladas, agudas, y disponen de un pequeño pecíolo. Las flores son de color violáceo, inclinadas, solitarias, con un cáliz provisto de cinco lóbulos y una corola acampanada. El fruto es una baya de color negro brillante con dos tecas. Las semillas son reniformes. Actualmente sólo es frecuente en las zonas de montaña poco visitadas. Prefiere los lugares umbríos. Las hojas se recolectan en mayo y las raíces, en setiembre.
Partes utilizadas Las hojas y las raíces.
Compuestos químicos Hiosciamina, atropina, hiescina, escopolamina, piridina, ácido crisatrófico, taninos, almidón son algunos de sus principios activos.
Propiedades Antiespasmódica, narcótica, midriática, parasimpaticolítica, analgésica, antiasmática.
Modo de empleo Tintura, extracto fluido, enolito, polvos, liparolito, supositorio, colirio.
Nota Los preparados con la raíz son más activos que los de las hojas. Es un antídoto potente en algunas intoxicaciones, como las provocadas por hongos. Estimula el centro bulbar y el aparato nervioso central, provocando taquicardia y midriasis. Se usa en psiquiatría. Contraindicada para los que padecen enfermedades cardíacas y neurasténicas. Su empleo es incompatible con los compuestos yodados, álcalis, pilocarpina y taninos.

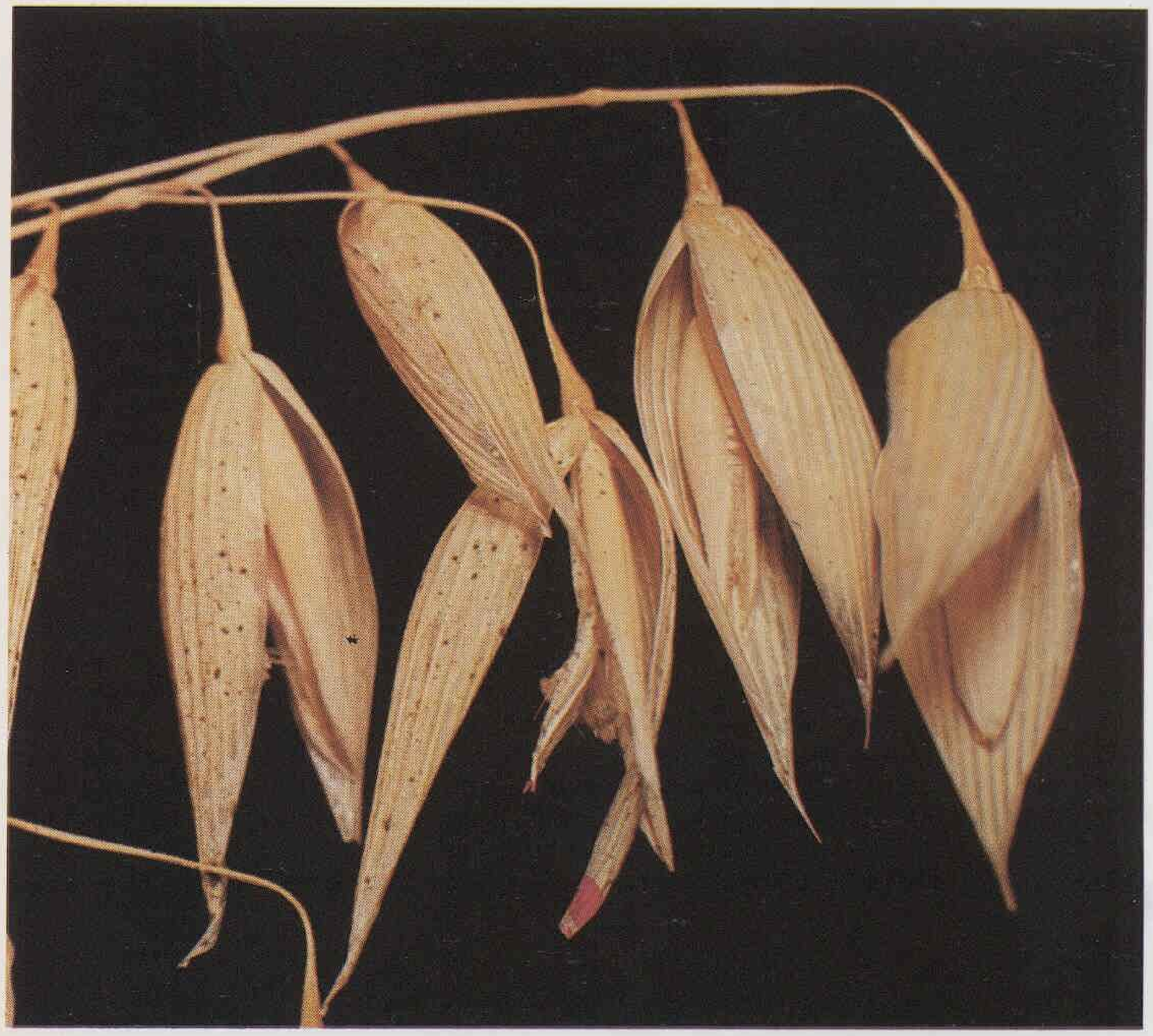


---

52 AVENA

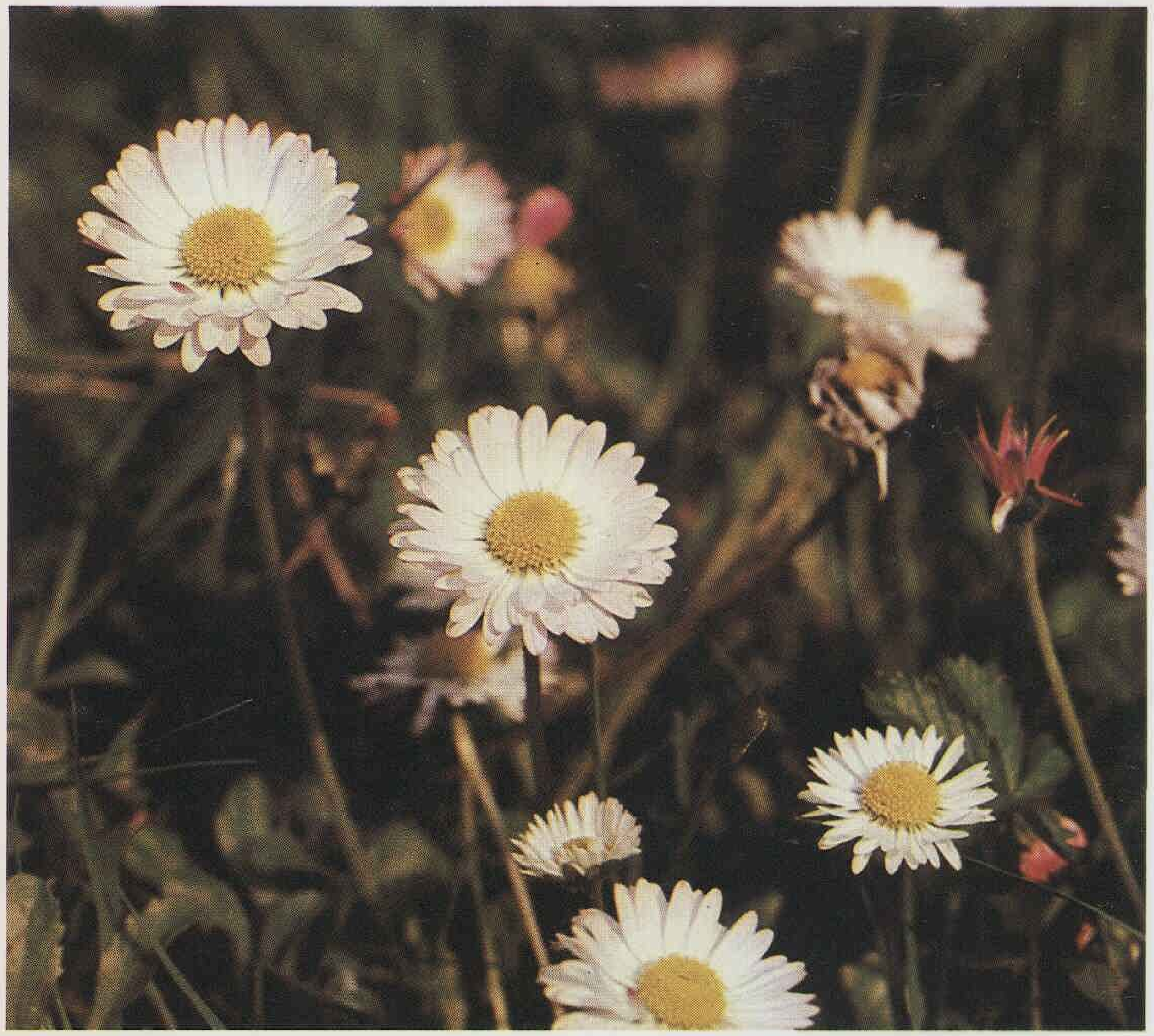
(Cat.: *civada;* eusk.: *oslo*)
Avena sativa

Familia Gramíneas.
Descripción De *avidus,* ávido, en el sentido de rebuscado. Planta anual que mide aproximadamente un metro, con tallos nodosos, huecos, lisos. Las hojas son alternas, acuminadas, con una vaina amplexicaule. Las flores forman una espiga curvada en la extremidad, con pequeñas ramificaciones. La espiguilla está a su vez constituida por dos flores con gluma. La cariópside tiene forma cilíndrica, con un ligero surco. Las glumillas poseen aristas. Se recolecta en verano. Planta originaria de Europa septentrional (aunque según la opinión de algunos autores procede de América del Sur, ya que se han localizado en esta región algunas especies espontáneas).
Partes utilizadas Semillas y hojas.
Compuestos químicos Almidón, sustancias nitrogenadas, sales minerales, vitaminas A, B1, B2, PP.
Propiedades Diurética, nutritiva, sedante de los nervios.
Modo de empleo Decocción, tintura.
Nota En algunas regiones la usan como jergón, y le atribuyen propiedades antirreumáticas. Aparte su poder nutritivo, en los niños ejerce una acción positiva contra el insomnio. Se usa también en el agua de baño ya que desarrolla una acción emoliente sobre las pieles delicadas. Constituye la base para la preparación del whisky.



53 VELLORITA
(Cat.: *margarida;* eusk.: *ostaiska*)
Bellis perennis

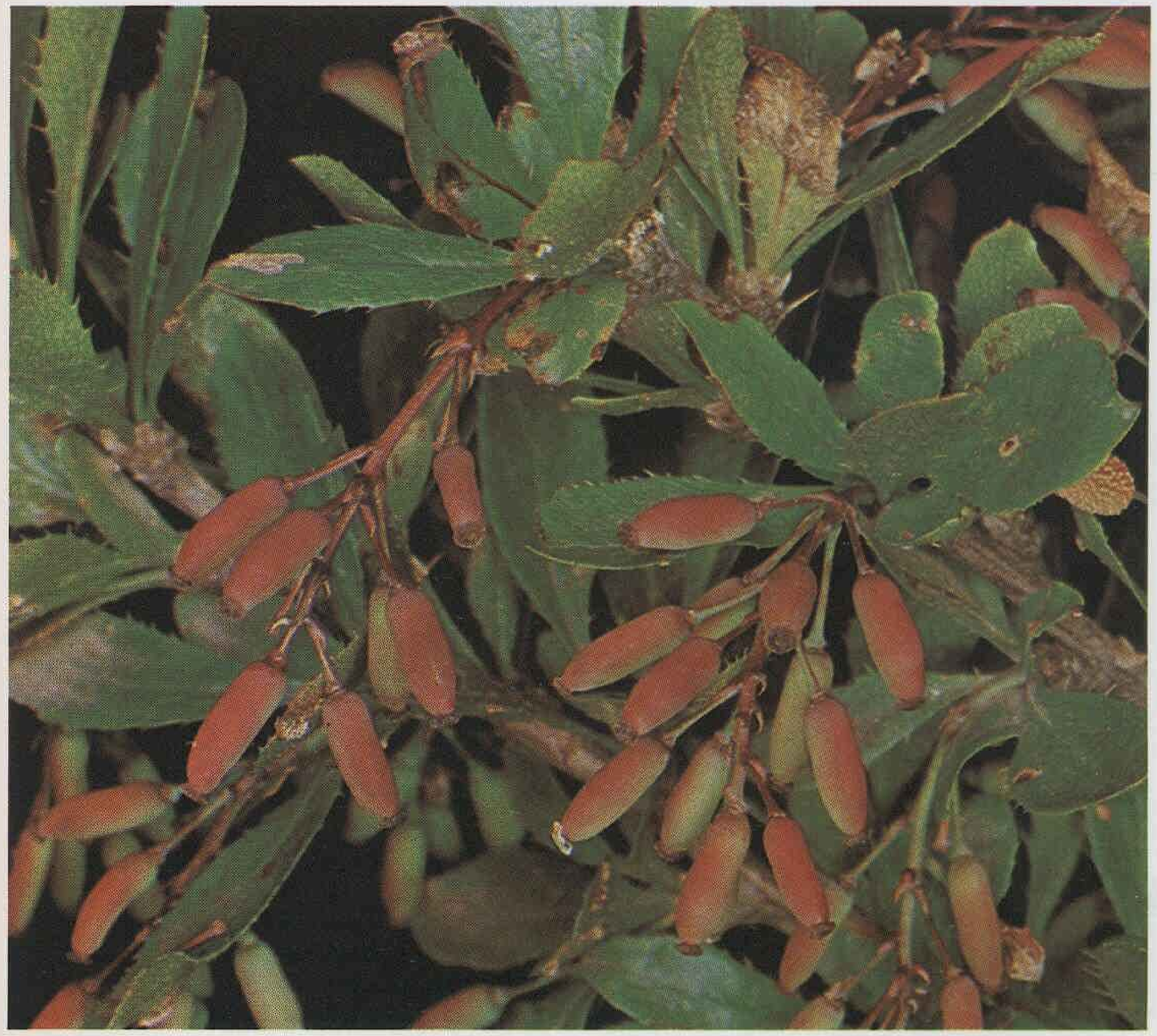
Familia Compuestas.
Descripción Planta vivaz provista de una pequeña raíz axonomorfa y numerosas radículas, que mide menos de 10 cm. El tallo simple está cubierto por una tomentosidad muy ligera, y sostiene capítulos solitarios con flores tubulares amarillas en la parte central y lígulas blancas en la periferia. Las hojas basales son obovadas, se disponen en roseta y aparecen ligeramente festoneadas. El fruto es un aquenio ovoidal. Frecuente en todos los prados, desde el nivel del mar a los montañosos. Se recolecta en mayo-junio.
Partes utilizadas Las partes aéreas.
Compuestos químicos Tanino, resina, esencia, materias colorantes, saponina.
Propiedades Oftálmica, emoliente, béquica, antiequimótica, bactericida.
Modo de empleo Infusión, tintura, agua destilada, oleolito.
Nota El uso popular le concede una gran eficacia en la curación de los niños delicados. Según algunos autores se ha comprobado una actividad citostática sobre los tumores desarrollados en los senos. El aceite de vellorita se ha utilizado en las afecciones cutáneas, especialmente en los eczemas. El té de vellorita y de flores de primavera posee una ligera acción hipnótica en los insomnios ligeros, mientras que las hojas jóvenes y tiernas se consumen en algunas regiones como ensalada. En homeopatía se usa un extracto de la planta (la bellida).



---

54 AGRACEJO
(Cat.: *coralet;* eusk.: *erratz-belar*)
Berberis vulgaris

Familia Berberidáceas.
Descripción Del fenicio *barbar,* brillante, referente al brillo de las hojas. Arbusto provisto de grandes raíces rastreras y tallo ramificado de color grisáceo. Las ramas son delgadas y espinosas. Las hojas elípticas, dentadas, provistas de un corto pecíolo, coriáceas y brillantes, son alternas o bien se reúnen en una serie de pequeños haces entre los que se disponen acúleos puntiagudos. Las flores amarillas se agrupan en racimos colgantes; son hexasépalas y hexapétalas. El fruto, una baya elipsoidal de color rojo, contiene de dos a tres semillas córneas. Está presente en los setos y senderos de montaña.
Partes utilizadas Corteza de las raíces, líber de las ramificaciones, hojas y frutos.
Compuestos químicos Corteza: berberina, oxiacantina, resina, tanino, aceite esencial. Hojas: berberina, ácido cítrico y málico. Frutos: dextrosa, levulosa, péctidos, ácido cítrico, málico, tartárico, goma, pectosa.
Propiedades Corteza: estomacal, colagoga, febrífuga, purgante. Hojas: astringentes, antiescorbúticas. Fruto: astringente, antiséptico, nutritivo.
Modo de empleo Decocción, tintura, extracto fluido, jarabe, polvo, conserva.
Nota En el pasado, esta especie fue objeto de destrucción deliberada, ya que transmite las esporas de la roya. Se ha utilizado para la obtención de un colorante amarillo y como adulteración de la corteza de granado. Los brotes tiernos y los frutos se usan como comestibles.



55 ABEDUL

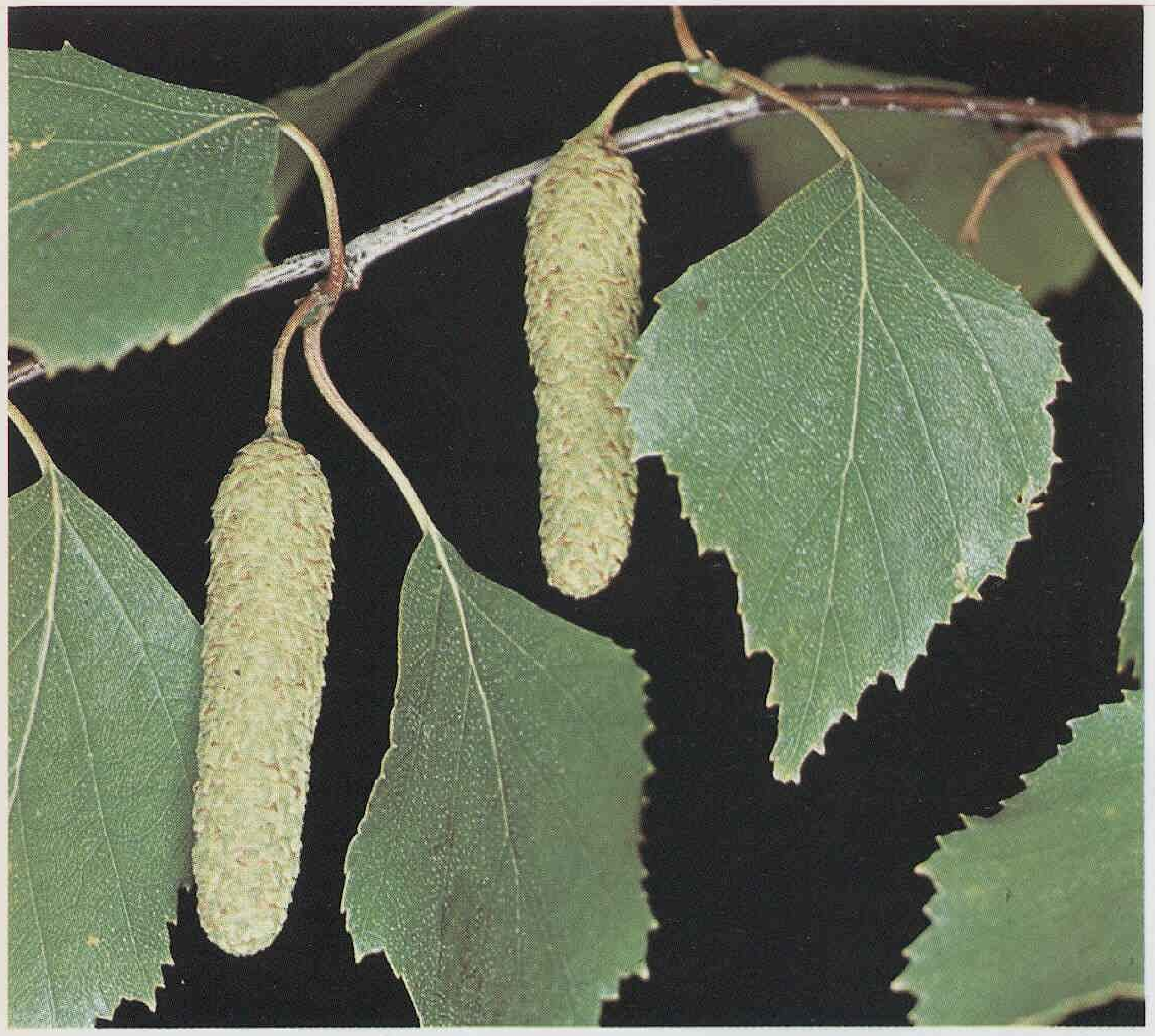
(Cat.: *bedoll;* eusk.: *urki*)
Betula alba

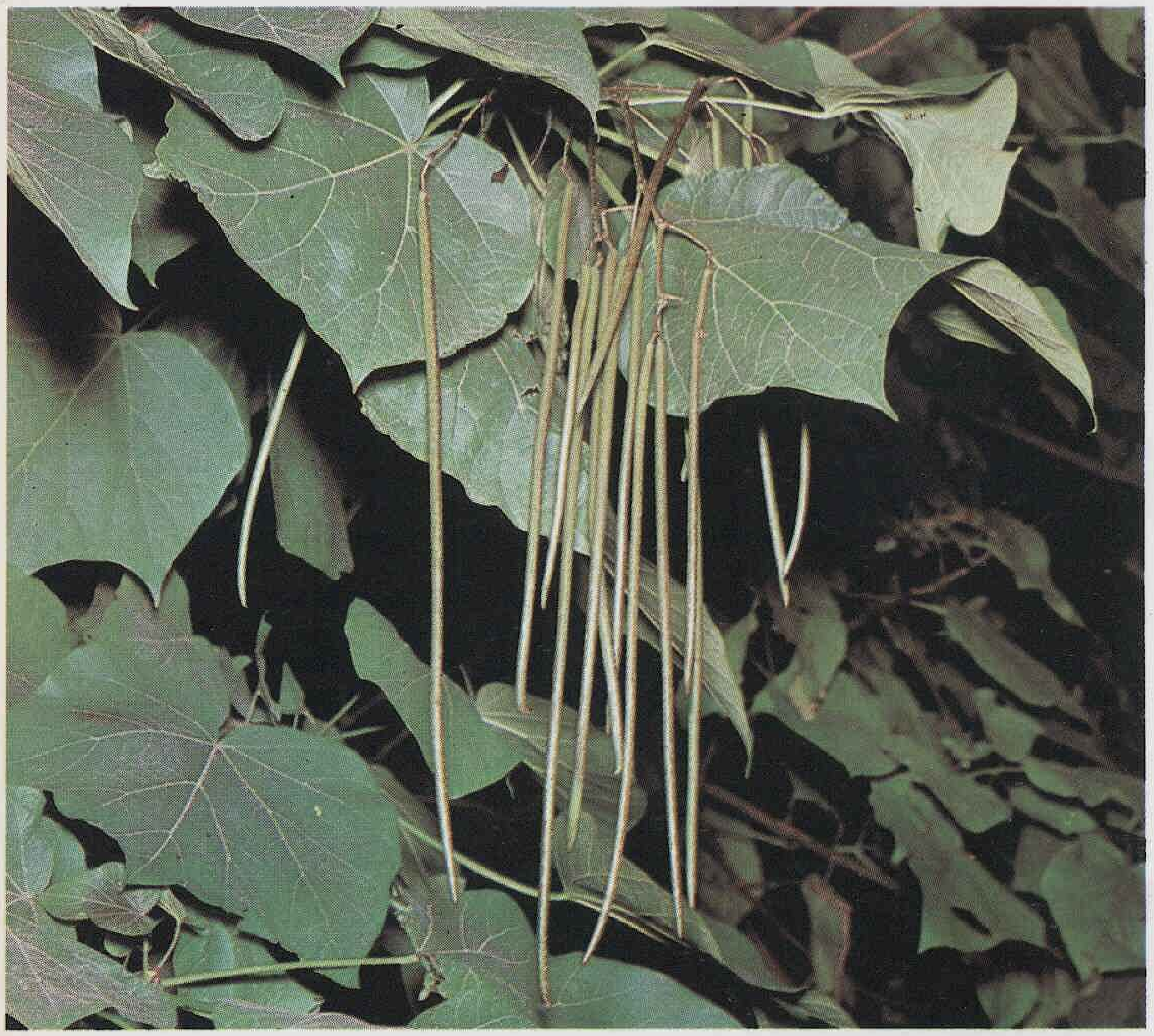
Familia Betuláceas.
Descripción Árbol que puede alcanzar los 30 m, con un diámetro del tronco de hasta 70 cm. No es una especie longeva. La corteza es lisa y clara, amarilla en la base, papirácea, y se desprende a tiras; las ramificaciones son delgadas y colgantes, verrugosas, con las yemas dispuestas en la extremidad. Las hojas caducas, romboidales, alternas, agudas, están provistas de pequeños dientes. La cara inferior es más clara que la superior. Las flores forman inflorescencias colgantes que producen aquenios alados. Crece en los bosques de terrenos silíceos en Europa. Espontánea o cultivada.
Partes utilizadas Flores, yemas, jugo, corteza de las ramas jóvenes.
Compuestos químicos Corteza: betulina, resina, alcanfor de abedul. Yemas: azúcares, ácido betulínico, tanino. Hojas: esencia, tanino, resina, azúcar, saponina, betulabina.
Propiedades Corteza: diurética, laxante. Yemas: balsámicas. Hojas: diuréticas, antiedematosis, hipocolesterolemizantes.
Modo de empleo Corteza: polvo, decocción. Yemas: infusión, oleolito. Hojas: decocción, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Las hojas contienen fitócidos, eficaces germicidas. El jugo obtenido mediante incisión, al cabo de su fermentación, produce un vino y un vinagre. El mismo jugo se usa en fricciones sobre el cuero cabelludo. El tanino de la corteza proporciona el denominado curtido búlgaro, y de la destilación se obtiene la brea de abedul que sirve para preparar el «cuero de Rusia» y un aceite balsámico parecido a la brea vegetal. La madera carbonizada suministra, como la del chopo, carbón vegetal absorbente, antipútrido. De la esencia incolora se obtiene el perfume llamado «cuero de Rusia».

56 CATALPA

Bignonia catalpa

Familia Bignoniáceas.
Descripción En homenaje a J.P. Bignon, botánico. Árbol de hasta 10-12 m de altura, tallo erecto, corteza algo agrietada. Las hojas son grandes y están provistas de un largo pecíolo, poseen ápice agudo y borde entero, casi carente de pelos. Las flores son tubulares y acampanadas, de color blanco, perfumadas, agrupadas en espigas terminales. El cáliz es bilabiado; la corola, pentalobulada. El fruto es una silicua, con dos valvas, alargada, que contiene numerosas semillas aplanadas y mide hasta 50 cm. El árbol procede de América del Norte y se cultiva en las regiones cálidas de Europa.
Partes utilizadas La corteza y los frutos.
Compuestos químicos Catalpina, ácido p-oxibenzoico y protocaquético.
Propiedades Febrífuga, ligeramente narcótica, sedante, asmática.
Modo de empleo Decocción y extracto suave acuoso.
Nota El árbol es ampliamente cultivado, por su rápido desarrollo, para aprisionar los suelos blandos. Se ha empleado como sucedáneo de la quinina en las fiebres de los pantanos y también como colirio, muy apreciado en el tracoma y en las conjuntivitis, en forma de agua destilada de los frutos, conjuntamente con la eufrasia y la ruda. Las raíces no deben usarse, ya que son venenosas. Se ha observado que la catalpina, además de una acción sedante, posee unos ligeros efectos narcóticos que no desembocan nunca en el estupor; por tanto, se ha empleado ventajosamente en preparaciones para combatir la tosferina de los niños.





57 BORRAJA

(Cat.: *borratja;* eusk.: *borrai*)
Borrago officinalis

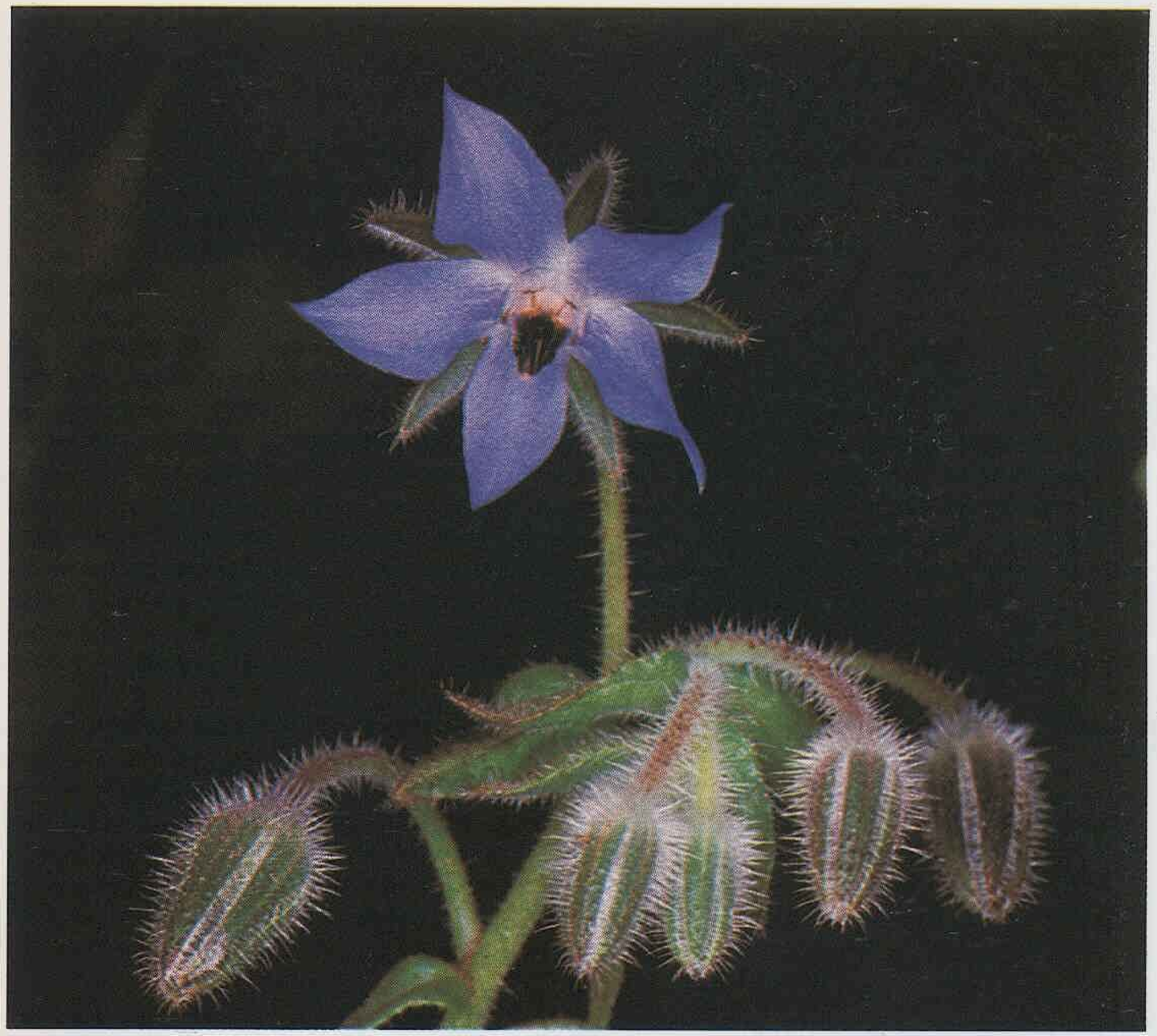
Familia Borragináceas.
Descripción Planta anual cubierta de pelos coriáceos blanquecinos, raíz axonomorfa. Hojas basales grandes con pecíolo excavado, frágiles; página superior con la nerviación muy aparente, borde dentado. El tamaño de las hojas disminuye paulatinamente hacia el vértice caulinar. El tallo es frágil, simple, erecto, hueco, híspido, jugoso. Ramificado en la parte superior. Mide por término medio 50 cm. En suelos adecuados, muy nitrogenados, se han obtenido ejemplares de 1,20-1,30 m de altura, con abundantes hojas. Las flores, numerosas, se agrupan en racimos terminales, colgantes, de color entre rosado y azulado. El cáliz está dividido en cinco lacinias, al igual que la corola. El fruto está formado por aquenios rugosos. Se encuentra con facilidad espontánea en los setos, roderas, vías férreas, desde el litoral a la base de las montañas. También se cultiva. Se recolecta desde la primavera al otoño.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Mucílagos, taninos, nitrato potásico, sales, alantoína.
Propiedades Depurativa, emoliente, expectorante, diurética, lenitiva.
Modo de empleo Infusión, jugo, enolito.
Nota Las hojas se han empleado desde siempre como verdura. Las flores tiñen de azul. Con la planta se prepara una bebida estival refrescante. Debe tenerse en cuenta también su importancia como planta nectarífera. Externamente se emplea como compresa sobre las pieles irritadas.

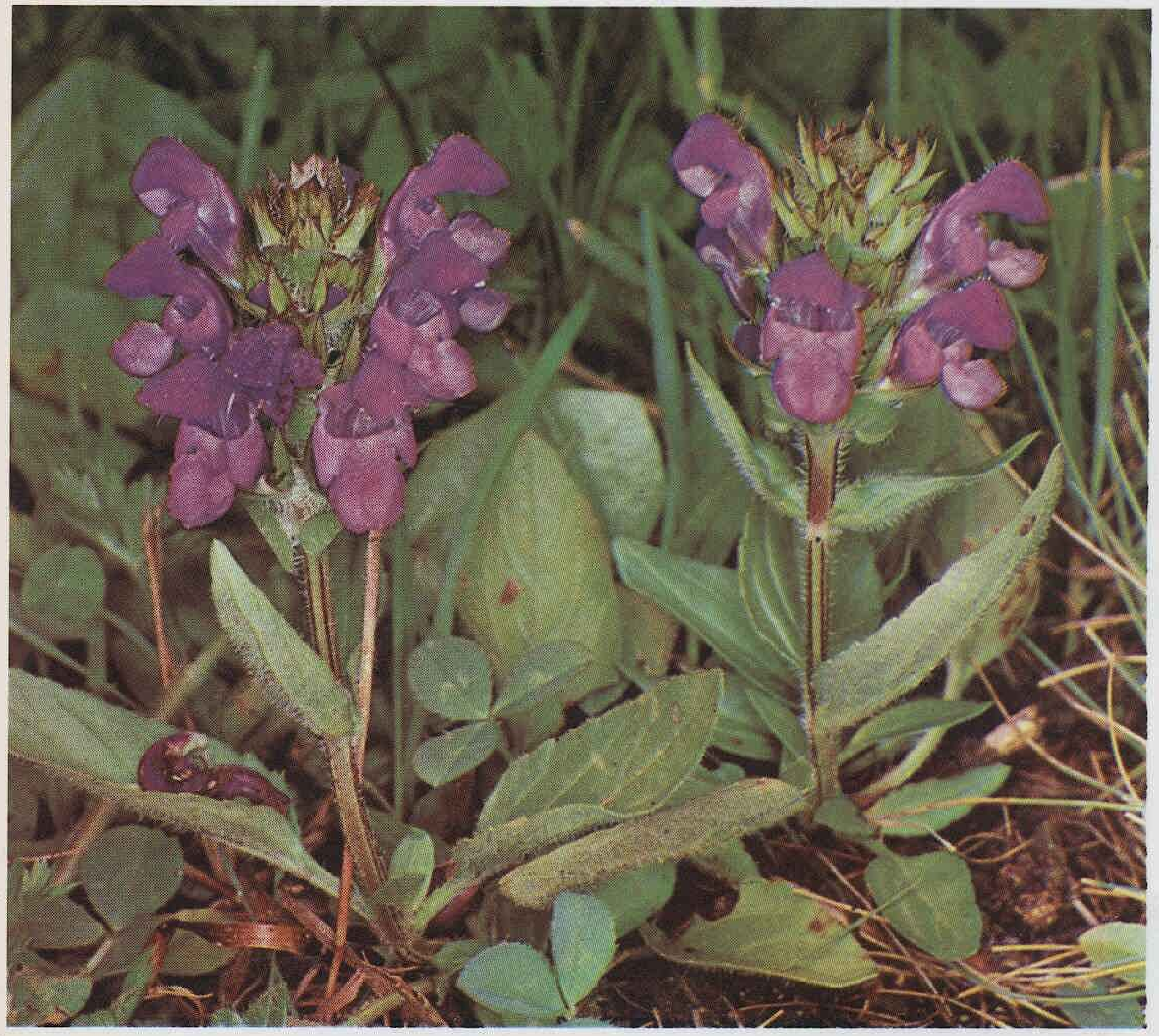
---

58 CONSUELDA MENOR

(Cat.: *herba del traidor*)
Brunella (Prunella) vulgaris

Familia Labiadas.
Descripción Planta herbácea de rizoma rastrero, provisto de numerosas radículas. Los tallos son pubescentes, frágiles, dan soporte a las hojas opuestas, provistas las inferiores de pecíolos, sésiles las superiores, enteras o ligeramente dentadas, lanceoladas. Las flores se reúnen en espiga con dos hojas basales; numerosas brácteas cubren el cáliz a modo de tejas. La corola es bilabiada, de color púrpura o violeta. Los aquenios contienen diversas semillas de color pardo. Pueden alcanzar los 25 cm. Es frecuente hallarla como espontánea y también se cultiva sobre suelos calcáreos. Se recolecta a principios de verano.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Sustancia amarga, tanino, compuestos resinosos.
Propiedades Astringente, estomacal.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, cataplasma.
Nota Esta planta se emplea frecuentemente para componer orlas en los jardines, y es muy utilizada en medicina popular como colutorio y como vulneraria sobre heridas recientes y no muy profundas. Encuentra también aplicación a nivel doméstico, poniéndola en maceración en el aguardiente llamado *grappa,* lo que le confiere un gusto amargo agradable. Se usó asimismo como lavativa en las afecciones de hemorroides, con resultados dudosos, y también en la curación de las grietas de los pechos.





59 NUEZA

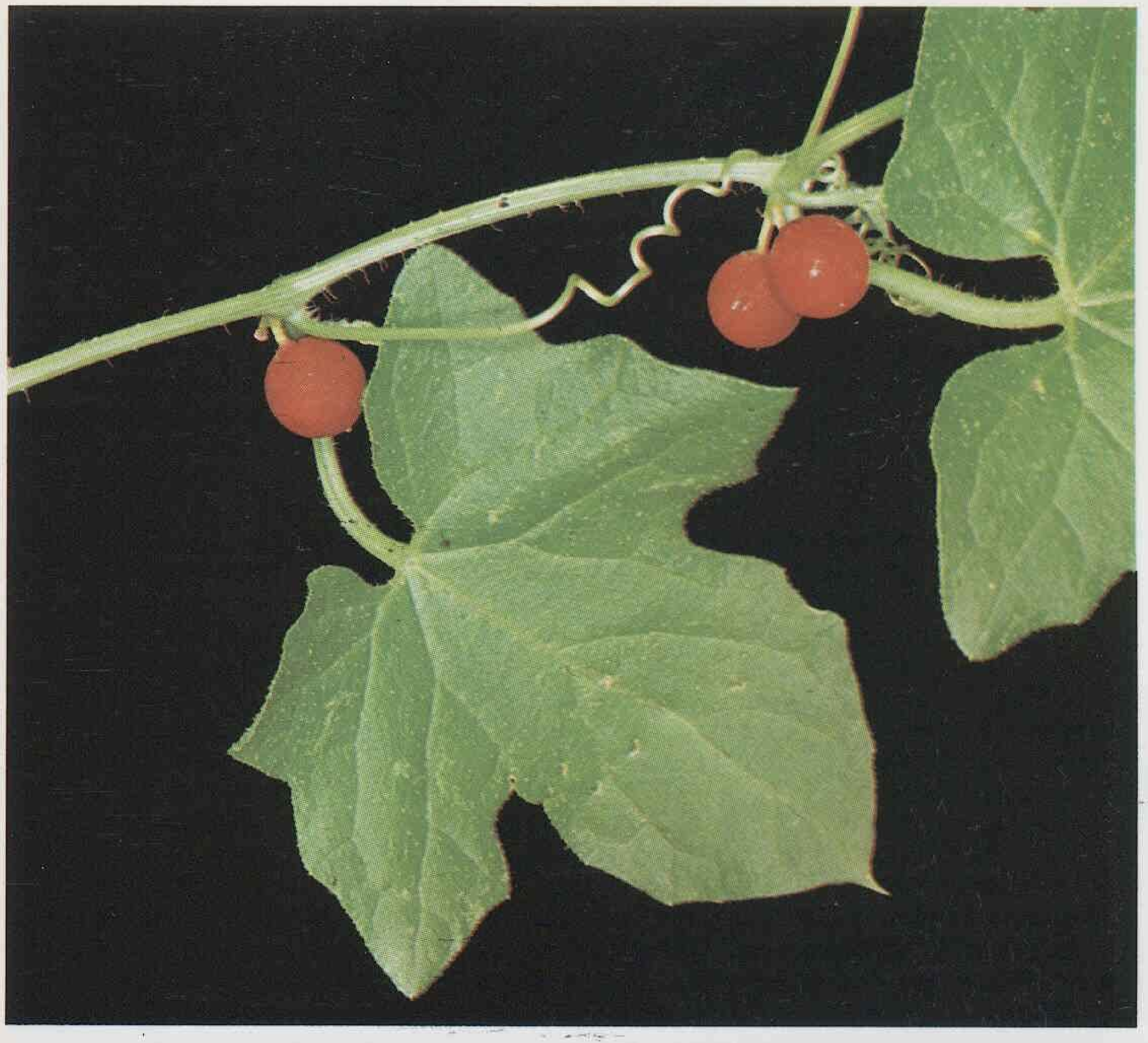
(Cat.: *briònia;* eusk.: *asta mats*)
Bryonia dioica

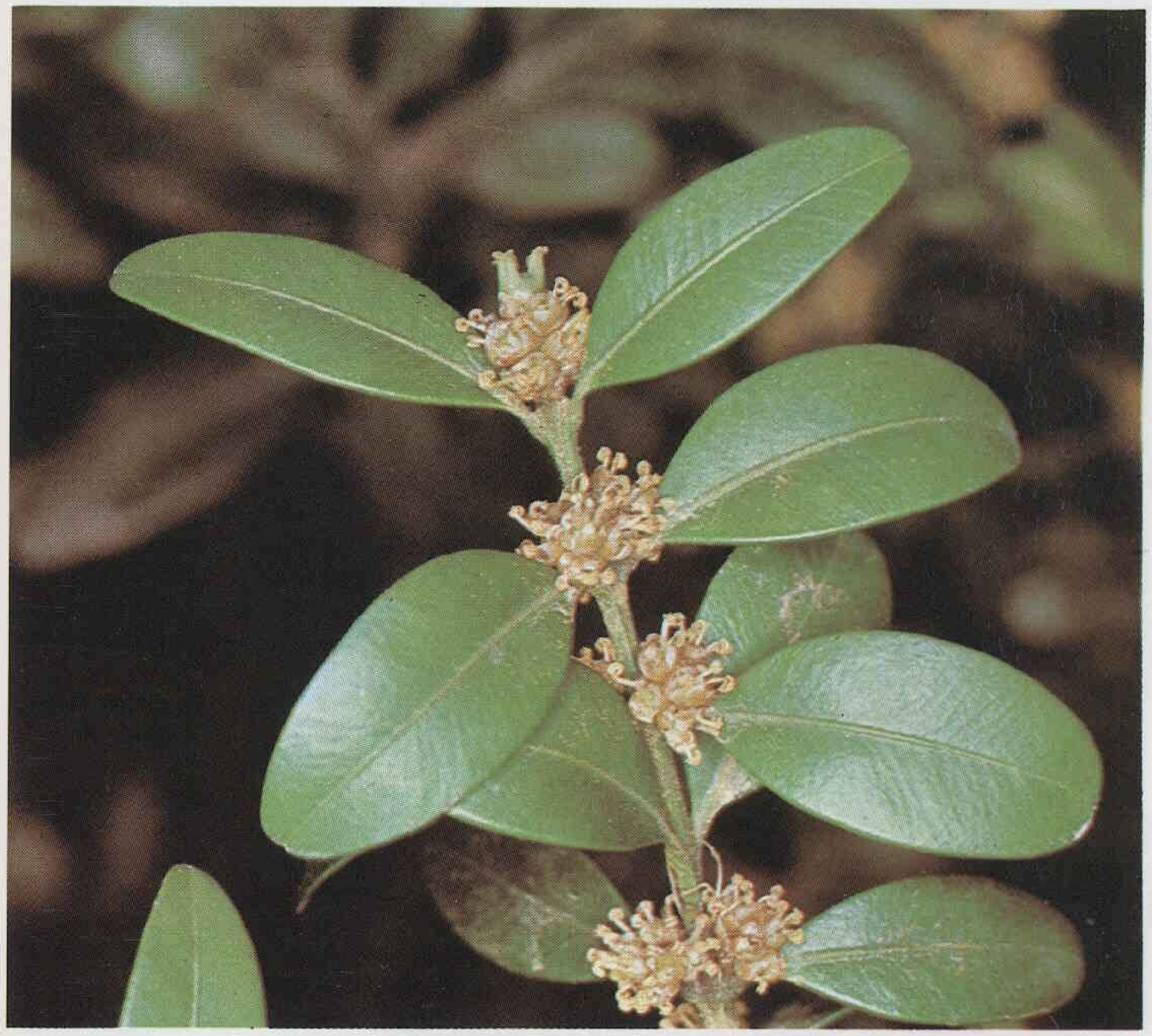
Familia Cucurbitáceas.
Descripción Deriva de *bryo,* empujar, y hace referencia a la velocidad de crecimiento de la planta. Bejuco vivaz, provisto de una gran raíz axonomorfa carnosa, de pulpa blanca, muy profunda; a partir de ella se elevan numerosos tallos delgados, trepadores mediante zarcillos, angulosos, que sostienen hojas alternas, toscas, pentalobuladas. Flores insignificantes de color verdoso a las que siguen unos frutos a modo de bayas esféricas del tamaño de un guisante, aunque de color rojo. Las semillas son grises, comprimidas. Se recolecta durante todo el año, con gran dificultad, debido a la profundidad de la raíz.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Almidón, brirresina, fitosterina, brionina, azúcar invertido, una sustancia amorfa de naturaleza química no aclarada que presenta propiedades purgantes.
Propiedades Emética, drástica, hidrófuga, revulsivo externo.
Modo de empleo Extracto fluido, extracto suave, extracto seco, tintura y pomada.
Nota La raíz, con un elevado contenido en azúcares, produce un jugo utilizado como purgante. Se desaconseja su empleo dada su peligrosidad. La raíz, después de su cocción, se empleaba como alimento de los cerdos. En algunos casos les provocaba la muerte. En homeopatía se hace gran uso de la nueza, en diversas dinamizaciones, para curar la artritis, derrames articulares, cólicos hepáticos, sarampión, reumatismo, sinovitis, tos. Cabe mencionar, aunque su eficacia no está totalmente comprobada, la cura de las hemorroides mediante lavativas de decocción de nueza. Se usa también contra el reumatismo y la ciática.

60 BOJ

(Cat.: *boix;* eusk.: *ezpel*)
Buxus sempervirens

Familia Buxáceas.
Descripción Del griego *puxos,* pequeño estuche. Arbusto perenne, de aproximadamente un metro de altura; en condiciones favorables puede llegar a medir cinco o seis metros. Es de crecimiento muy lento. La corteza es rugosa y la madera, muy dura y amarillenta. Las hojas son opuestas, coriáceas, brillantes, provistas de un corto pecíolo, enteras. Las flores son muy pequeñas, verdosas, y se disponen en la axila de las hojas. El fruto es una cápsula elipsoide trilocular, se abre de golpe y emite semillas dehiscentes de color negro y brillantes. La planta puede llegar a vivir 600 años. Crece preferentemente sobre terrenos calcáreos de la zona norte y oriental de la península. Se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas Corteza y hojas.
Compuestos químicos Buxina, alcaloides secundarios, aceite esencial, tanino.
Propiedades Febrífugo, antirreumático, diaforético, colagogo.
Modo de empleo Polvos, decocción, tintura.
Nota Debe usarse con prudencia, ya que la planta no ha sido muy experimentada. La madera se usa en trabajos de tornería por su estructura homogénea, no fibrosa. La corteza se ha empleado como un eficaz antihelmíntico. Las hojas se han utilizado como sustituto del lúpulo en la elaboración de la cerveza y como sucedáneo de la quinina en las fiebres maláricas. La destilación proporciona un aceite esencial eficaz en odontología. La madera es más pesada que el agua. La planta ha sido ampliamente usada en medicina homeopática como antirreumático.





61

MARAVILLA

(Cat.: *calèndula;* eusk.: *illen*)
Avena sativa

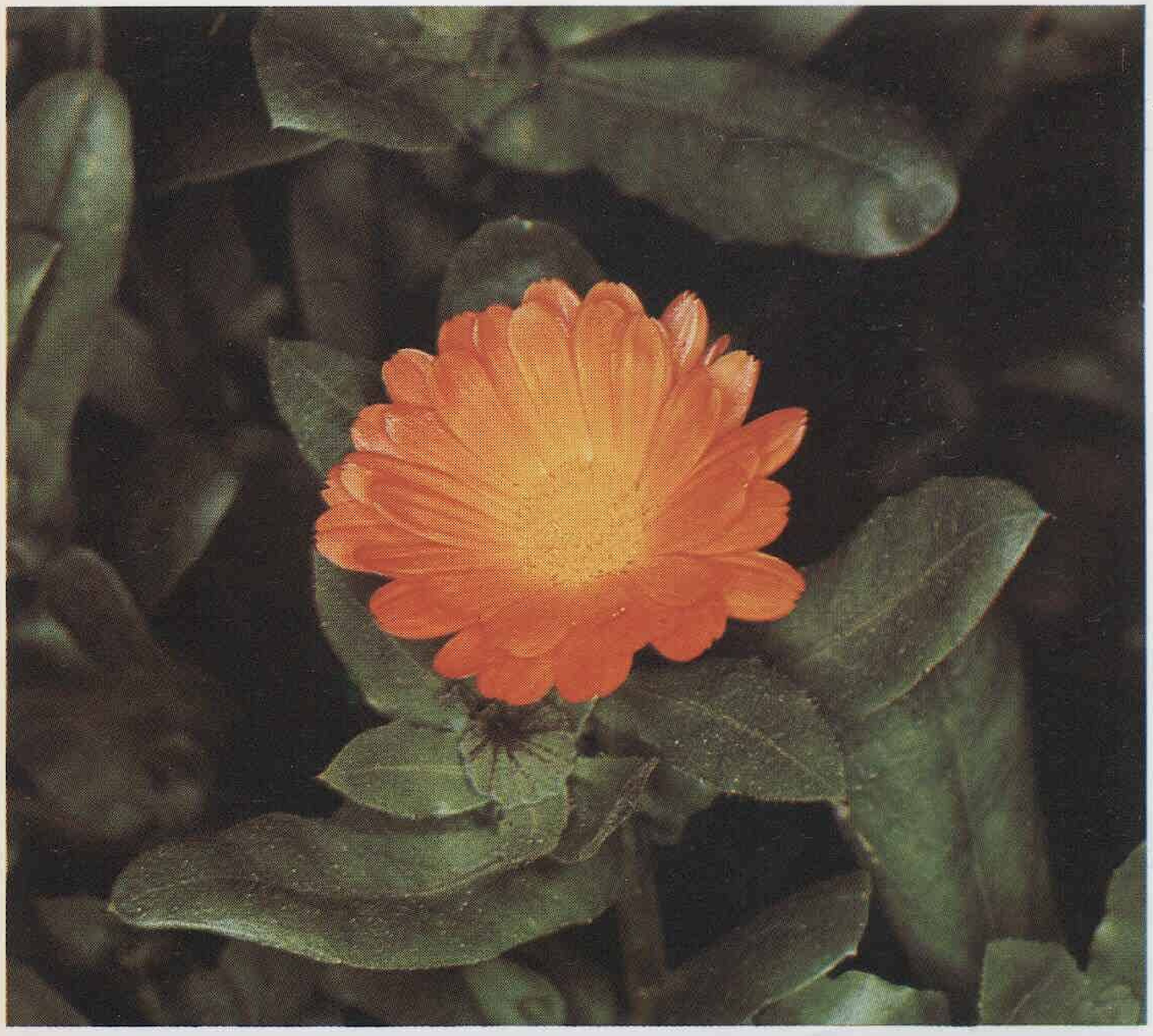
Familia Compuestas.
Descripción Del griego *kalein,* principios de mes. Hierba anual pubescente con raíz fusiforme, retorcida, con el tallo poco erguido, anguloso, ramificado, hojas alternas dentadomucronadas o sinuosoonduladas. Cabezuelas dispuestas en el ápice caulinar. Flores periféricas con lígulas de color anaranjado, ápice tridentado, y las centrales tubulosas con una corola pentáfida. Frutos en aquenio, encorvados en forma de barquita, carentes de vilano. Frecuente en los jardines como planta ornamental, y crece espontánea en las zonas incultas, desde el llano hasta las colinas, en toda Europa. Mide por término medio, 40-50 cm. La recolección tiene lugar durante todo el año.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Carotenoides, ésteres colesterínicos, saponina, resina, sustancia amarga.
Propiedades Antiflogística, emenagoga, tópica, cosmética, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, agua destilada, zumo, oleolito, liparolito.
Nota Las lígulas, de color anaranjado, se emplean para dar color a la mantequilla, jarabes, etc., y también para falsificar los estigmas del azafrán. La planta percibe las variaciones de temperatura y humedad; el cierre o apertura de las cabezuelas indica, respectivamente, un día lluvioso o seco. El caule, apretado y aplicado a los callos y verrugas, provoca su rápida caída. Algunos autores han sostenido que sus propiedades eran idénticas a las del árnica, pero no ha sido demostrado. El aceite esencial se emplea a concentraciones muy bajas, dada su difícil obtención, en perfumes de aroma silvestre.

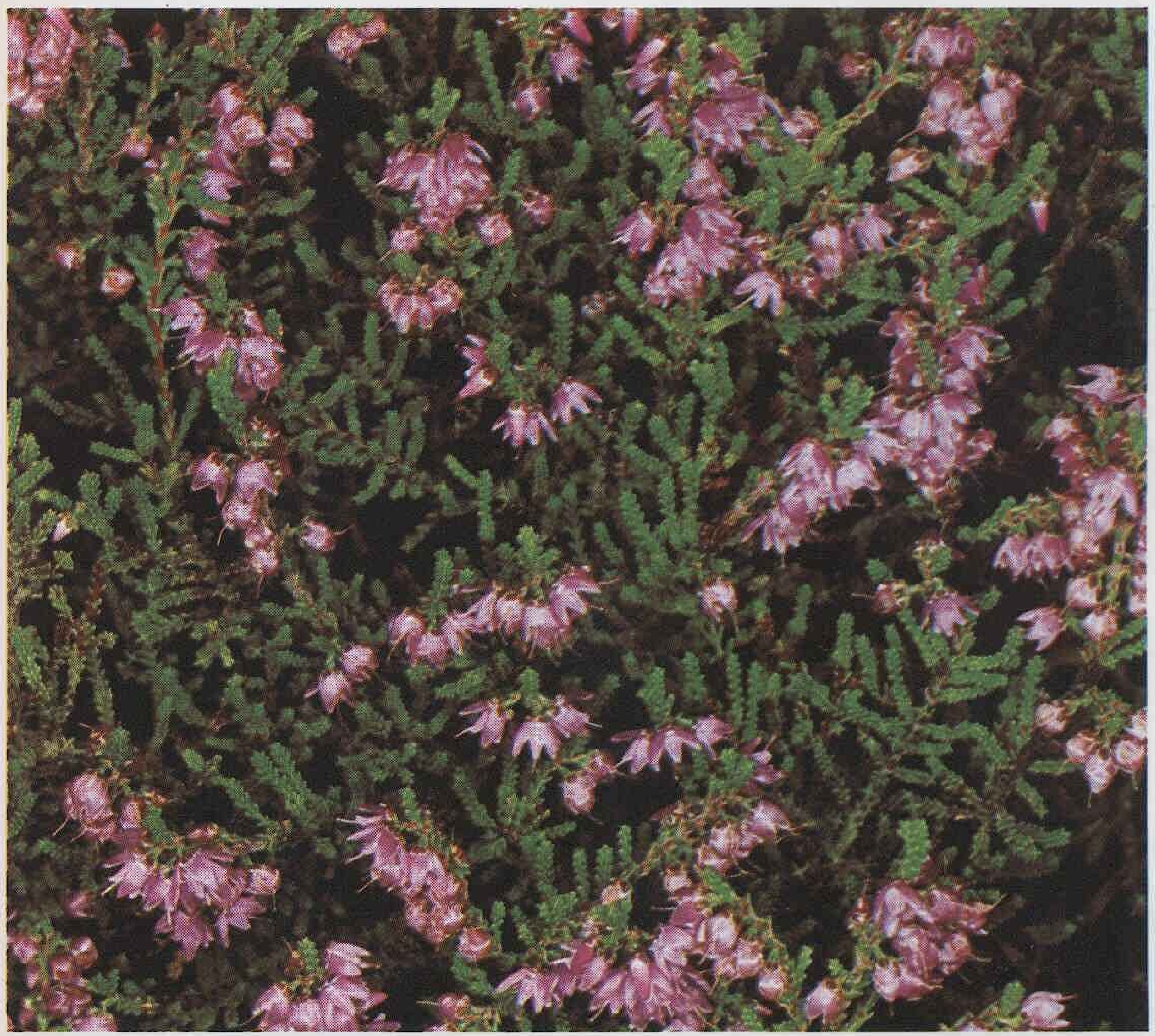
62

BRECINA

(Cat.: *bruga;* eusk.: *iñarr*)
Calluna vulgaris

Familia Ericáceas.
Descripción Del griego *kallynein,* pulir. Arbusto con pequeñas ramificaciones, tortuosas, provistas de hojas muy pequeñas, opuestas, alternas, imbricadas, de página triangular, sésiles. Las flores forman ramilletes terminales; poseen brácteas basales, cáliz con pétalos rosados, ovario con cuatro piezas. El fruto está formado por una cápsula tetralocular (cada lóculo con una semilla). Muy difundida en terrenos ácidos, landas y turberas. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Ericolina, ericina, ericinol, quercetina.
Propiedades Diurética, antiséptica urogenital, depurativa, provoca estornudos.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, polvos.
Nota Las inflorescencias se han empleado como sustitutivo del lúpulo en la fabricación de cerveza. Proporciona un colorante amarillo y las ramificaciones se usan en la fabricación de rudimentarias escobas. La raíz, en condiciones adversas, desarrolla una especie de tallo subterráneo muy buscado para la construcción de pipas. La tierra en la que crece la brecina, al igual que la del castaño, proporciona una serie de elementos idóneos para las plantaciones florales. La planta es muy nectarífera. En uso externo, en forma de compresas empapadas en decocción, se emplea en las afecciones de tipo reumático. En determinadas regiones se usa el macerado alcohólico, a menudo junto con el rododendro, como linimento en las artritis y reumas. Contra los sabañones se empleaban cataplasmas hirviendo.





63 HIERBA CENTELLA

(Cat.: *herba del mal d'ulls*)
Caltha palustris

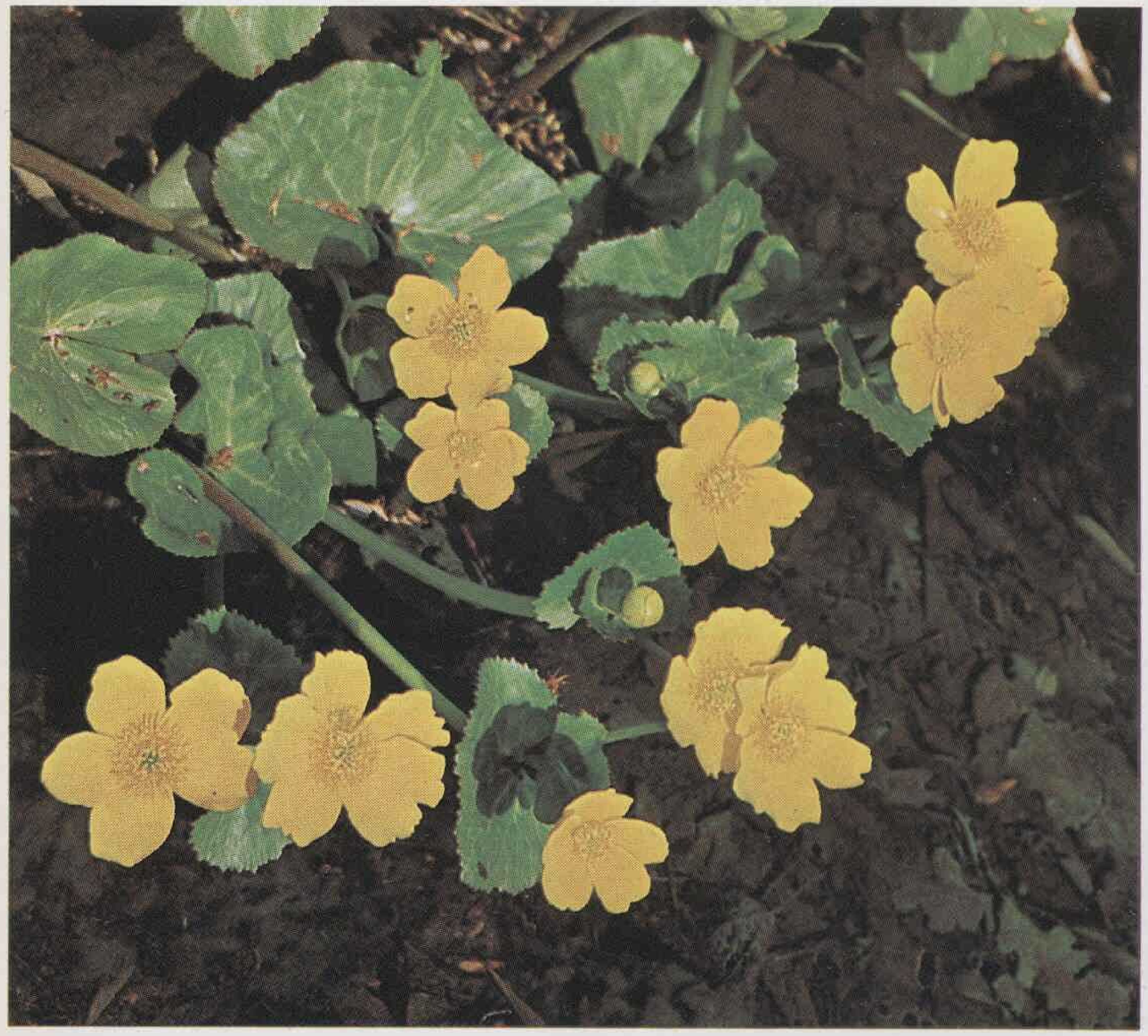
Familia Ranunculáceas.
Descripción Del griego *kalathos,* cesto. Planta perenne con rizoma corto y abundantes radículas dispuestas en haz. El tallo es erecto, bastante esponjoso, liso, simple, grueso, con hojas basales muy pecioladas, reniformes, enteras, onduladas, festoneadas, con las nerviaciones aparentes; en cambio, las hojas apicales son casi sésiles y más pequeñas. Las flores, escasas y solitarias, poseen un cáliz petaloideo formado por cinco tépalos de color amarillo dorado. Al llegar a la madurez, los frutos secos dehiscentes expulsan a las semillas. Abunda junto a los cursos de agua de las zonas montañosas o junto a los prados húmedos y las marismas.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Protoanemonina, flavonoides, tanino, saponina, colorantes.
Propiedades Revulsiva.
Modo de empleo Cataplasma, tintura.
Nota Esta especie se emplea también como planta ornamental en terrenos húmedos. Se emplea en lugar del tabaco en las curas de deshabituación. Las flores, antes de la apertura, se conservan en vinagre como las alcaparras, y también sirven para adulterarlas. El colorante, al igual que el azafrán, se emplea en la coloración de la mantequilla. No conviene utilizar la hierba centella en usos internos, a fin de no incurrir en las intoxicaciones provocadas por la protoanemonina.

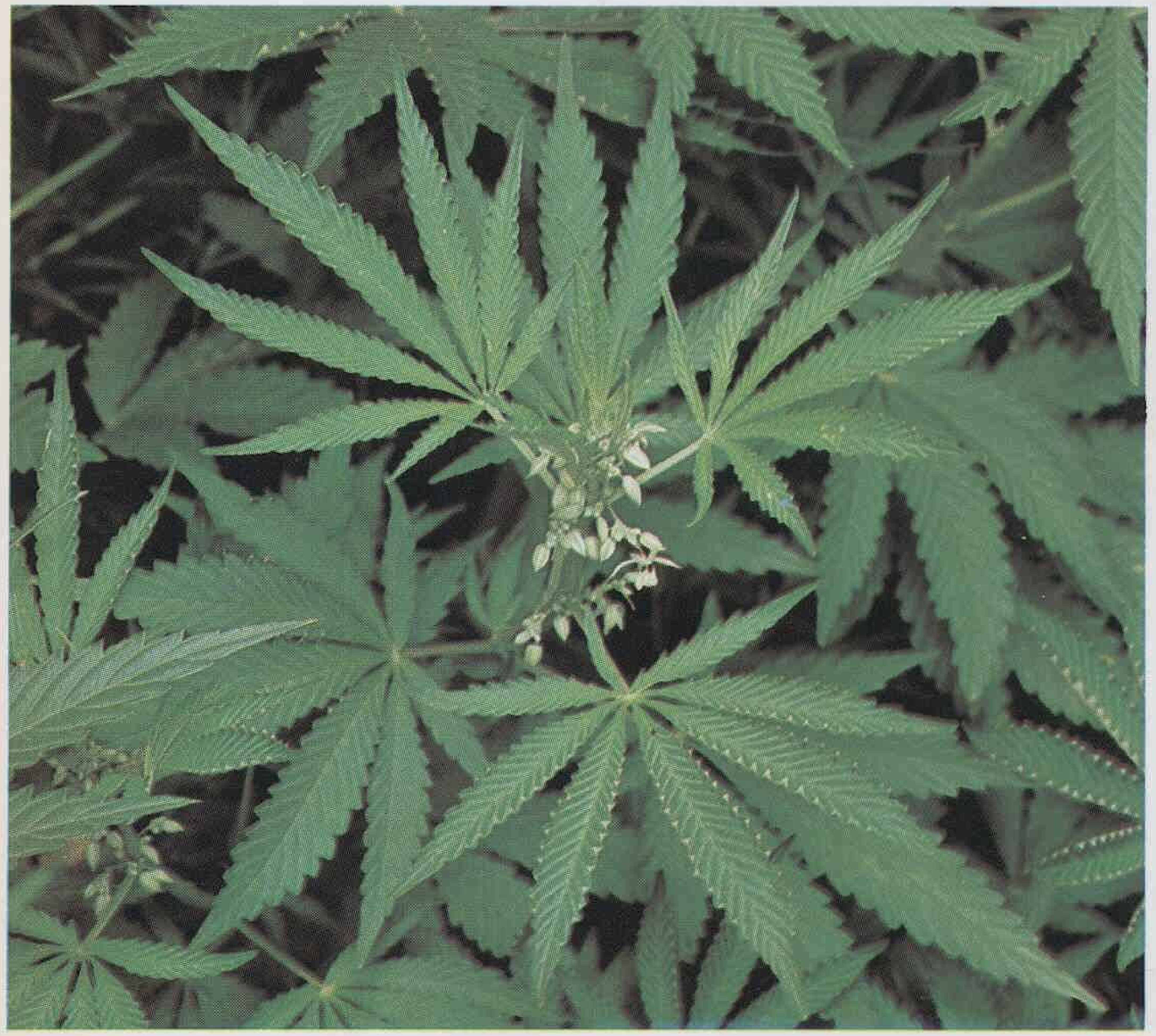
---

64 CÁÑAMO

(Cat.: *cànem;* eusk.: *kalamo*)
Cannabis sativa

Familia Cannabáceas.
Descripción Hierba anual con raíz axonomorfa y abundantes radículas. El tallo es recto y ramificado, anguloso, surcado, fistuloso, leñoso. Hojas pecioladas y opuestas en la parte inferior, alternas en la superior, palmatosectas, con folíolos agudos y aserrados. Las flores masculinas se agrupan en racimos de color verdoso; las femeninas se disponen en una mazorca apical, también de color verde. El fruto es un aquenio liso y gris con las semillas de color verde. Crece espontánea, pero lo normal es que se críe en regadíos con abundante agua. Es originario de Asia oriental, y su recolección tiene lugar en verano.
Partes utilizadas Las extremidades florales.
Compuestos químicos Cannabina, cannabinol, colina, trigonelina, ácidos, esencia.
Propiedades Sedante, narcótico, hipnótico, diurético.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, jarabe.
Nota Los preparados a base de cáñamo son incompatibles con los ácidos. De esta especie se obtienen también fibras textiles, y a partir de los frutos se elabora un aceite no comestible. Las semillas son buscadas por algunas aves. El uso de esta planta se desaconseja en medicina casera. La variedad denominada cáñamo indiano produce mayores cantidades de resina, y las extremidades florales de los pies femeninos constituyen el denominado hachís o marihuana.





65

ALCAPARRA

(Cat.: *taperera*)
Capparis spinosa

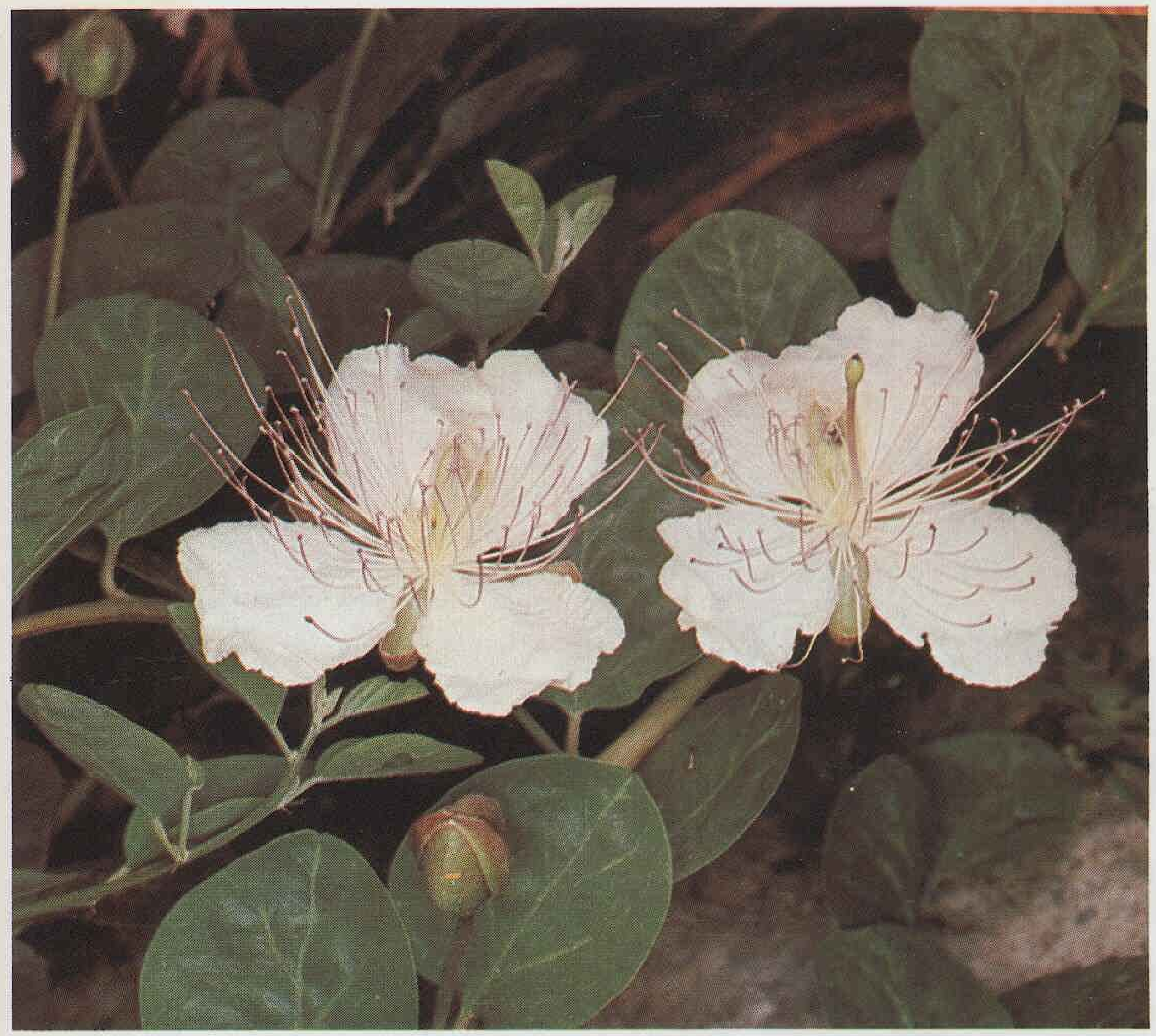
Familia Caparidáceas.
Descripción Arbusto provisto de raíz leñosa ramificada y larga, de la que parten numerosos vástagos lignificados portadores de hojas alternas simples, ovales o subcirculares, con un breve pecíolo provisto de dos estípulas con espinitas. El borde es entero, de color verde y consistencia carnosa. Las flores de color blanco rosado son sostenidas por un pedúnculo que emerge de la axila de las hojas superiores. El cáliz es tetrasépalo y la corola, tetrapétala. Los estambres son muy numerosos y disponen de filamentos filiformes de color violeta. El fruto es una baya globosa de color verde que se vuelve roja al llegar a la madurez; contiene numerosas semillas reniformes negruzcas. Crece espontánea y se cultiva casi exclusivamente en los muros, escombros y entre los peñascos expuestos y soleados en toda el área mediterránea. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas La corteza de la raíz.
Compuestos químicos Alcaparriturina, esencia, saponina, pectina, sales.
Propiedades Diurética, desobstruyente de la vesícula biliar, depurativa, antihemorroidal, vasoconstrictora.
Modo de empleo Decocción, oleolito, polvos.
Nota Esta especie es muy conocida por la utilización alimentaria que se hace de los botones florales conservados en salmuera; la planta se usa también en cosmética en forma de extracto de las raíces, y está muy indicada para luchar contra la fragilidad capilar. La decocción de la alcaparra se emplea contra las aftas bucales. La tintura de los tallos se usa como reactivo.

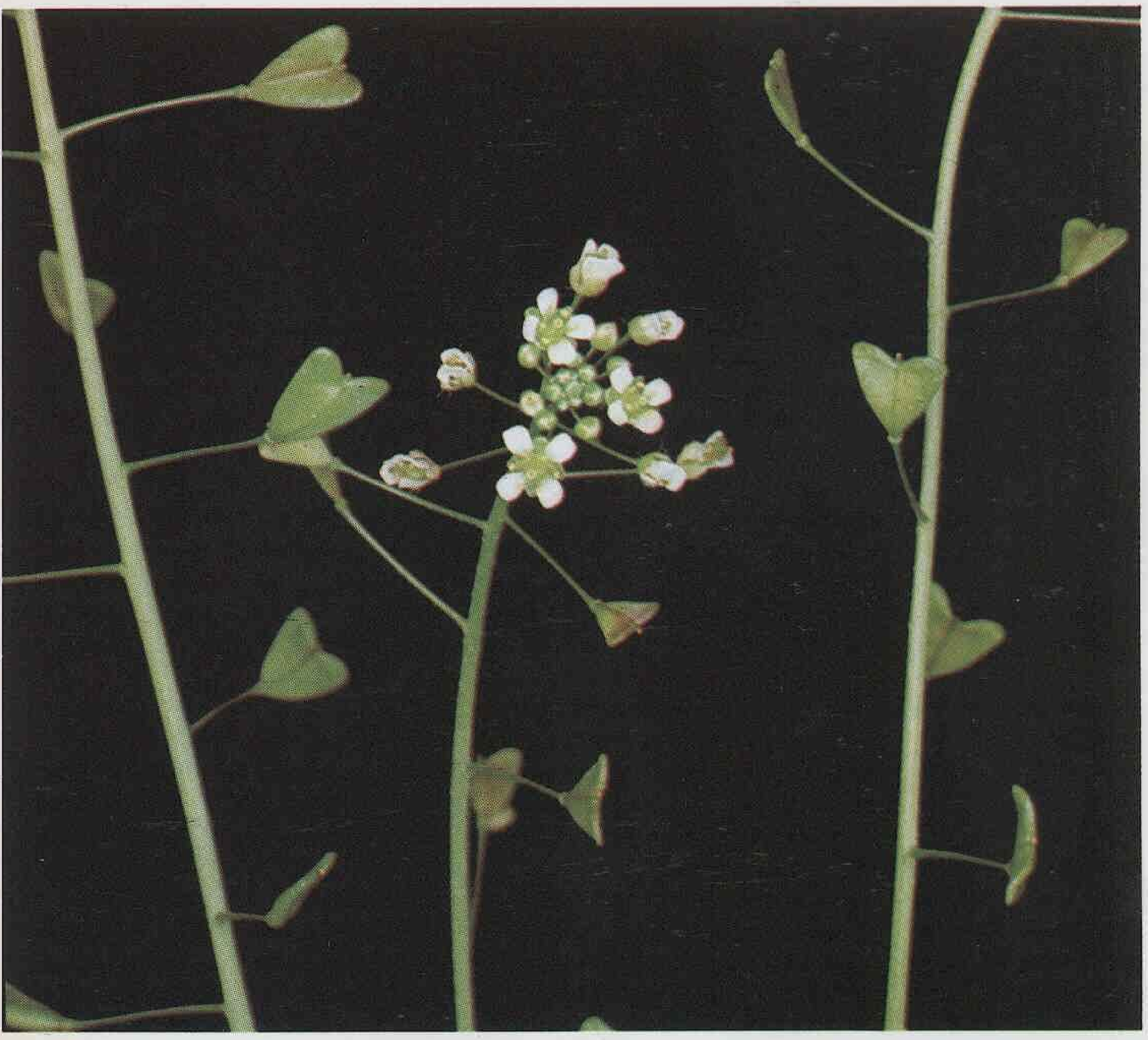
66

PAN Y QUESILLO

(Cat.: *bosses de pastor;* eusk.: *txorrontela*)
Capsella bursa-pastoris

Familia Crucíferas.
Descripción De *capsella,* bolsa. Hierba anual o bianual con raíz axonomorfa y tallo erecto. Hojas pubescentes dispuestas en roseta; las inferiores son pinnadas o lanceoladas, mientras que las superiores son asaetadas y envainantes. Flores provistas de cuatro pétalos blancos y dispuestas en corimbo. Los frutos son silicuas triangulares con semillas ovales muy numerosas. Es una planta muy común en la península Ibérica. Se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Colina, acetilcolina, ácidos fumárico, tartárico y málico, ácido cítrico, esparteína, compuestos azufrados, tanino, saponina, potasio.
Propiedades Hemostático, emenagogo, hipotensivo, vulnerario.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, polvos, enolito.
Nota Esta especie se ha empleado en lugar de los extractos del cornezuelo del centeno en las hemorragias uterinas, con grandes resultados. Se emplea también para regularizar el flujo menstrual. Los brotes se consumen como alimento junto con otras plantas espontáneas también comestibles. Posee asimismo la propiedad de cortar la leche. Se supone que tiene una acción ligeramente radiactiva al igual que la del castaño de Indias y de la cariofilada; ello hace su uso idóneo en cosmética. Se emplea también en lugar de la quinina en las fiebres intermitentes. La homeopatía recurre a esta planta en la epistaxis y en la calcosis urinaria. En la epistaxis se usa en polvo, en inspiraciones, junto con el sambuco negro.





67 PIMIENTO

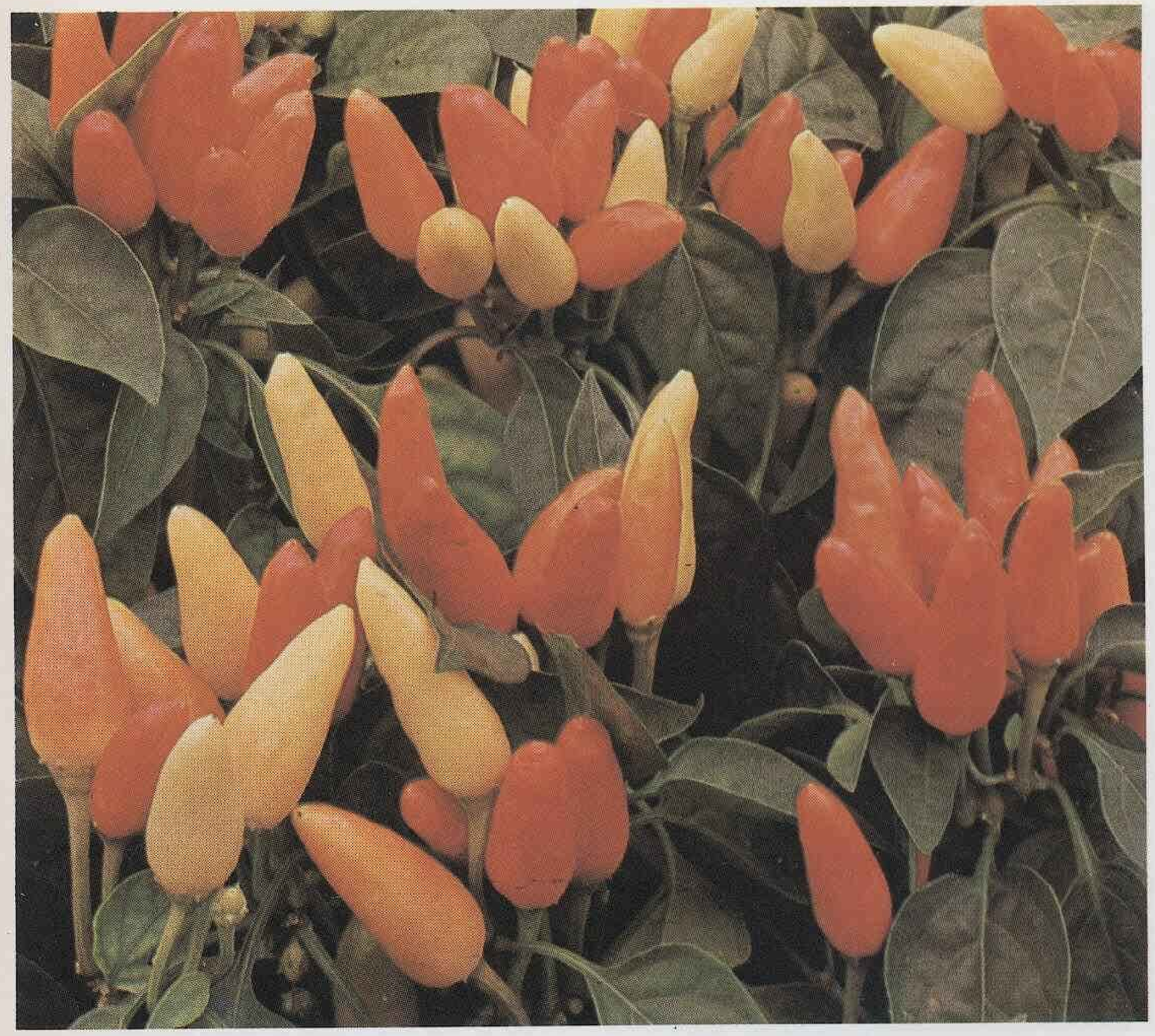
(Cat.: *pebroter;* eusk.: *piper*)
Capsicum annuum

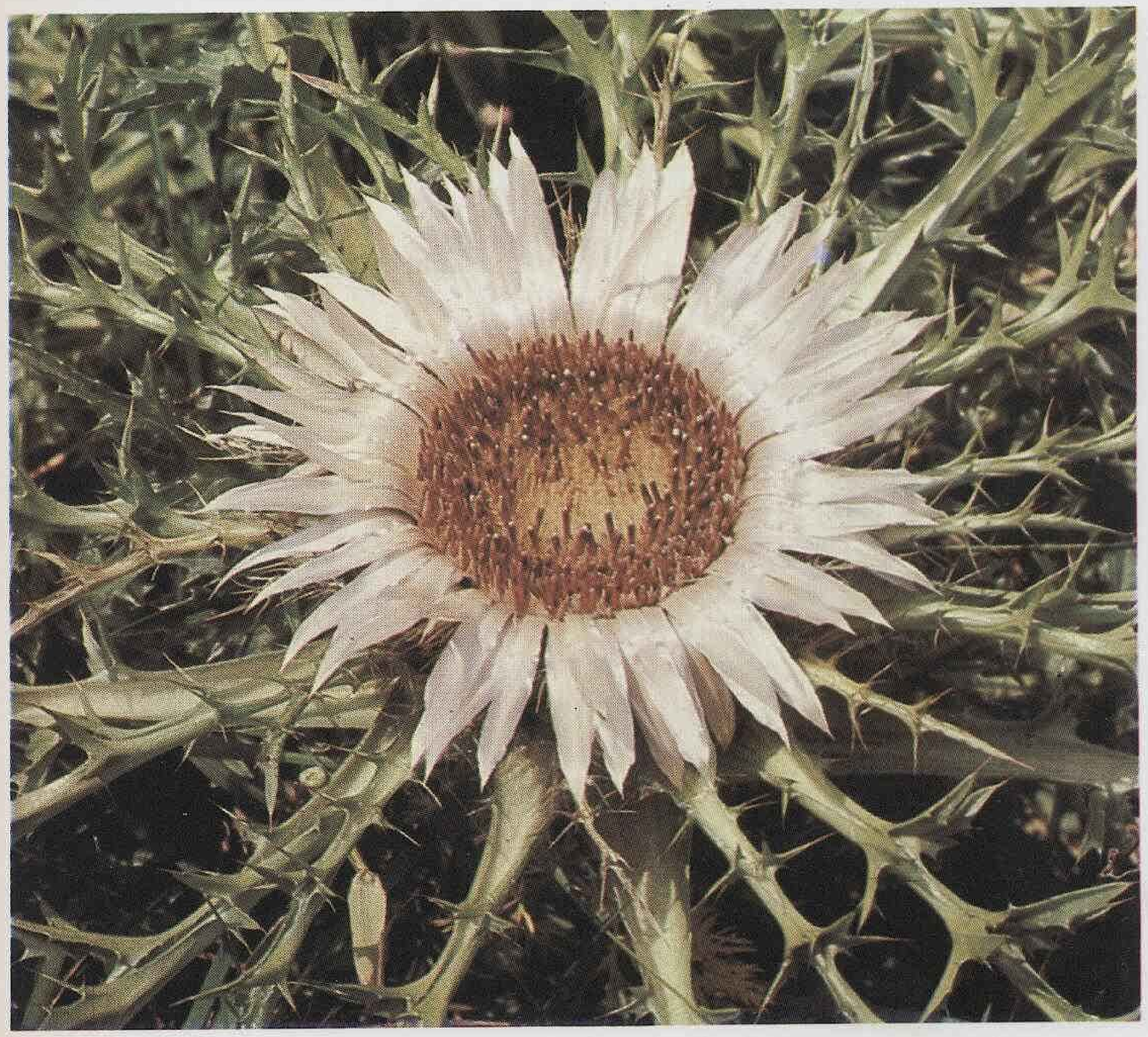
Familia Solanáceas.
Descripción Del griego *kapto,* comer ávidamente. Planta anual provista de raíz axonomorfa y tallo erecto de aproximadamente un metro de altura, simple y ramificado. Las hojas normalmente son alternas, provistas de un largo pecíolo, ovales o lanceoladas, con el margen entero. Las flores se disponen en la axila de las ramificaciones del tallo con un pecíolo inclinado, cáliz pequeño en cúpula terminal con cinco lóbulos. La corola tubular es generalmente blanca y pentalobulada, y lleva estambres con anteras de color violáceo. Los frutos son bayas colgantes de forma muy variable (cilíndricos, esféricos, cuadrangulares, etc). Las semillas son muy abundantes, de color claro y forma circular, aplastadas. La recolección se lleva a cabo en agosto.
Partes utilizadas El fruto.
Compuestos químicos Capsaicina, esencia, carotenos, capsorrubina, luteína, cobre, vitamina C.
Propiedades Revulsiva, rubefaciente, escialagoga, antiatónica, digestiva, antihemorroidal, antirreumática.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, oleorresina, polvos, liparolito.
Nota El polvo se emplea ampliamente como condimento en la cocina y en la preparación de distintas salsas. Posee acción contra el mareo y sustituye a la pimienta negra en la preparación de una variedad de queso. Sirve también para elaborar pomadas revulsivas. A partir del pimiento se obtiene un colorante rojo, no rubefaciente, utilizado comúnmente en el sector alimentario. A bajas concentraciones posee acción antihemorroidal. Contiene una elevada proporción de vitamina C que se pierde en la desecación.

68 CARLINA

(Cat.: *carlina;* eusk.: *basa-lar*)
Carlina acaulis

Familia Compuestas.
Descripción De Carlomagno, quien la utilizó con éxito en una peste. Planta provista de tallo muy corto (que en ocasiones puede alcanzar los 50 cm). Raíz axonomorfa, larga y carnosa. Las hojas se disponen en roseta basal y están divididas en segmentos, terminando en lóbulos provistos de rígidos acúleos. Las flores se reúnen en cabezuelas con escamas periféricas, las externas espinosas, estrechas y de color claro, mientras que las internas carecen de espinas. Las flores se disponen en el centro de la cabezuela, rodeadas por lígulas. Los frutos son aquenios oblongos con un vilano dispuesto en la extremidad. La cabezuela se abre en ambiente seco y se cierra con la humedad. Esta especie crece en las zonas montañosas de toda Europa y se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Esencia, inulina, un antibiótico (carlinóxido), potasio, calcio y magnesio. La proporción de esencia oscila alrededor del 1,5 %.
Propiedades Estomacal, carminativa, diaforética, antibiótica.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, polvos.
Nota Es una especie que merece protección, ya que se ve sometida a una destrucción absurda. El centro carnoso es comestible, aunque dosis excesivas actúan de emético enérgico. La planta se ha utilizado para la preparación de un agua destilada a la que se atribuían acciones afrodisíacas. La planta se usa también con fines ornamentales en composiciones secas, ya que se mantiene inalterada con el tiempo.

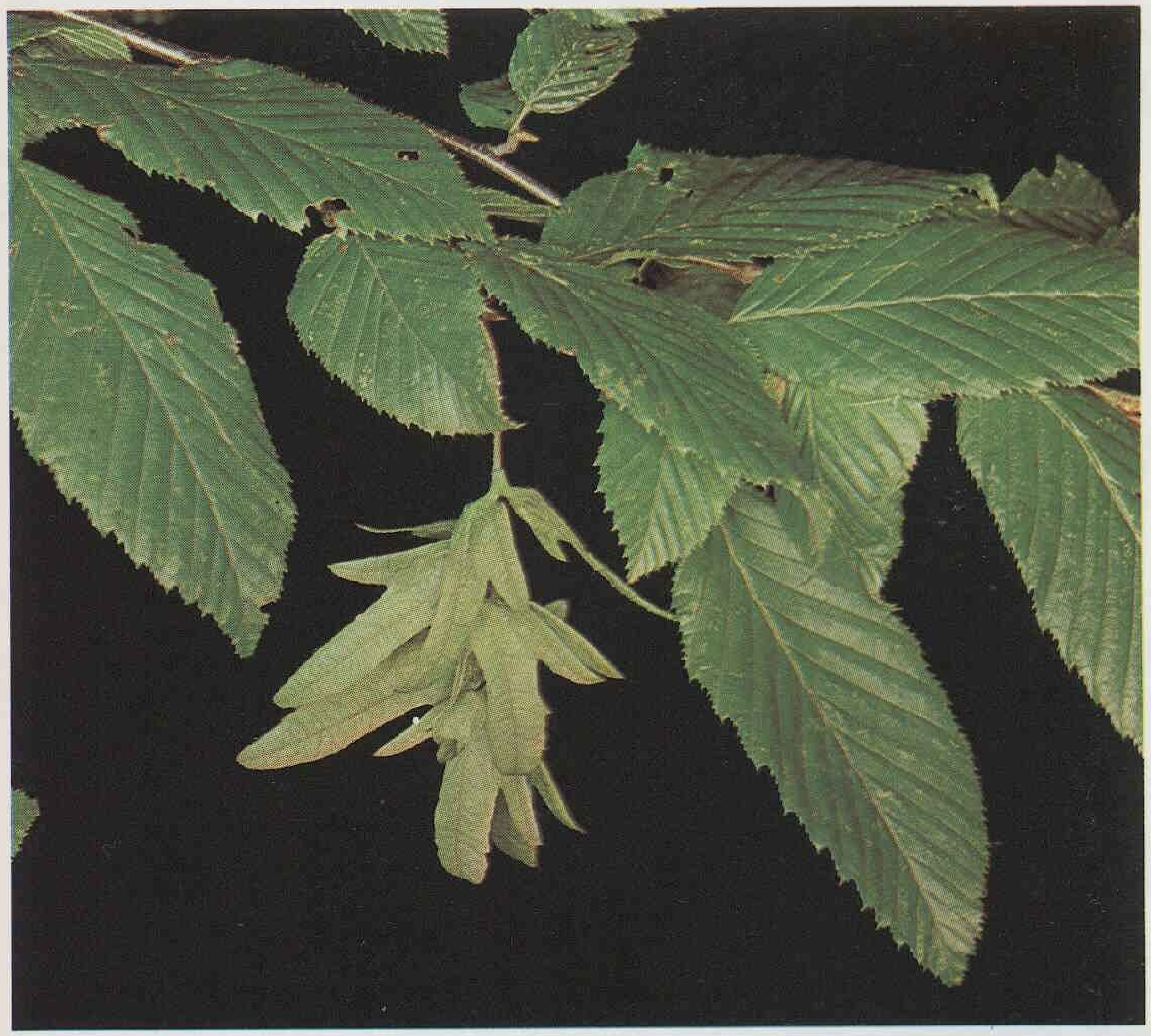




69 CARPE

Carpinus betulus

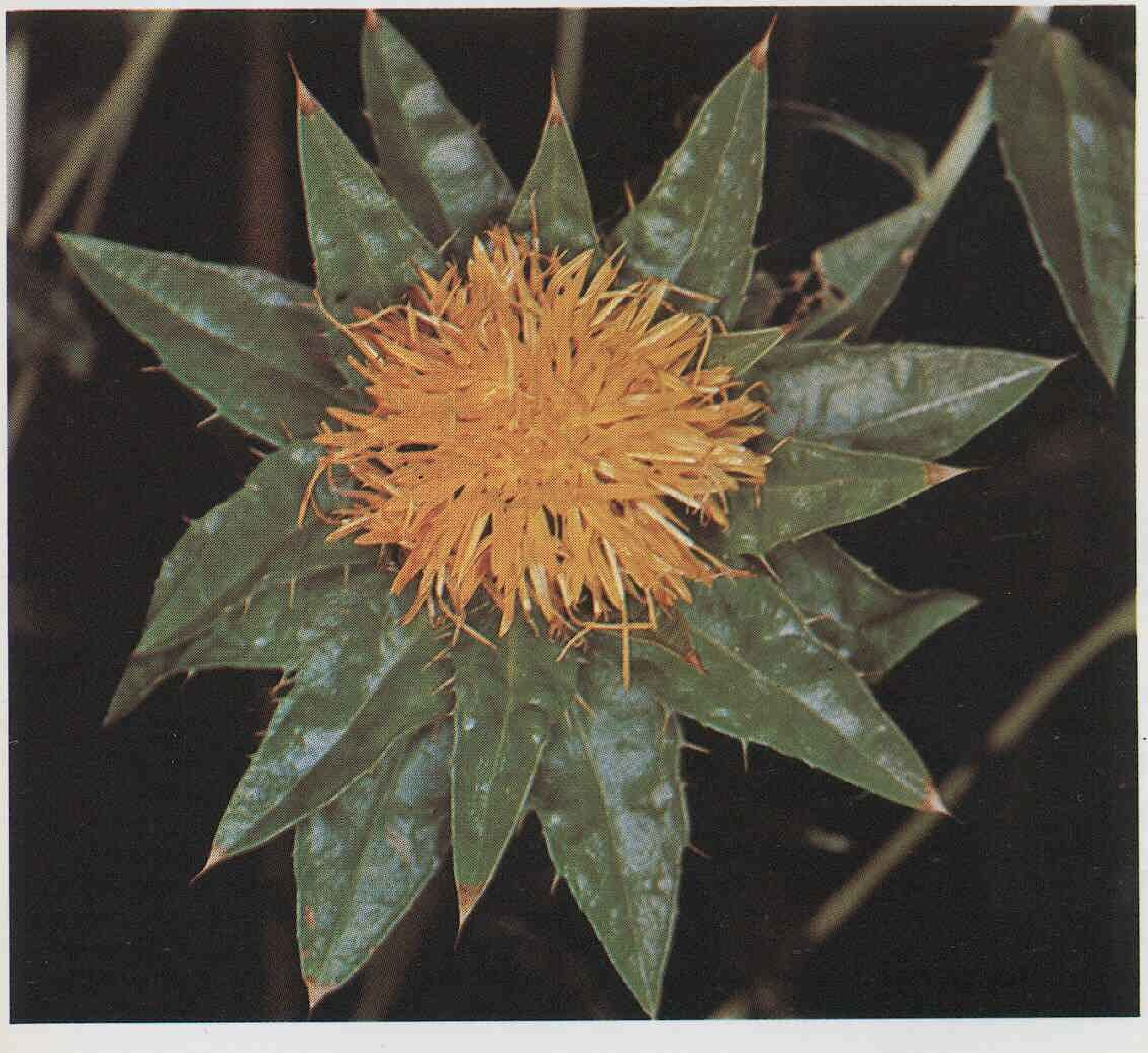
Familia Betuláceas.
Descripción Árbol con raíces poco profundas y tronco de corteza lisa de color gris. Las hojas son alternas, ovaladas, pecioladas, agudas, penninervias, doblemente dentadas, glabras con pelos axilares. Las flores masculinas son amentos cilíndricos con escamas imbricadas; las femeninas, amentos amarillentos. El fruto está cubierto por una cúpula trilobulada y se trata de un aquenio elipsoidal, comprimido con semillas y cotiledones. Puede alcanzar la especie hasta 20 m de altura. Es común en las llanuras y en las montañas de escasa altura; puede también cultivarse. Se recolecta en agosto.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Tanino, sales, resina.
Propiedades Estíptico.
Modo de empleo Polvos, decocción, enolito.
Nota Es una especie muy utilizada en repoblaciones. Por su poder astringente, se ha empleado en uso externo en cataplasma, como vulneraria. La madera sirve como combustible. Las hojas las consumen las cabras. El agua destilada preparada a partir de las hojas es útil como colirio.



70 ALAZOR

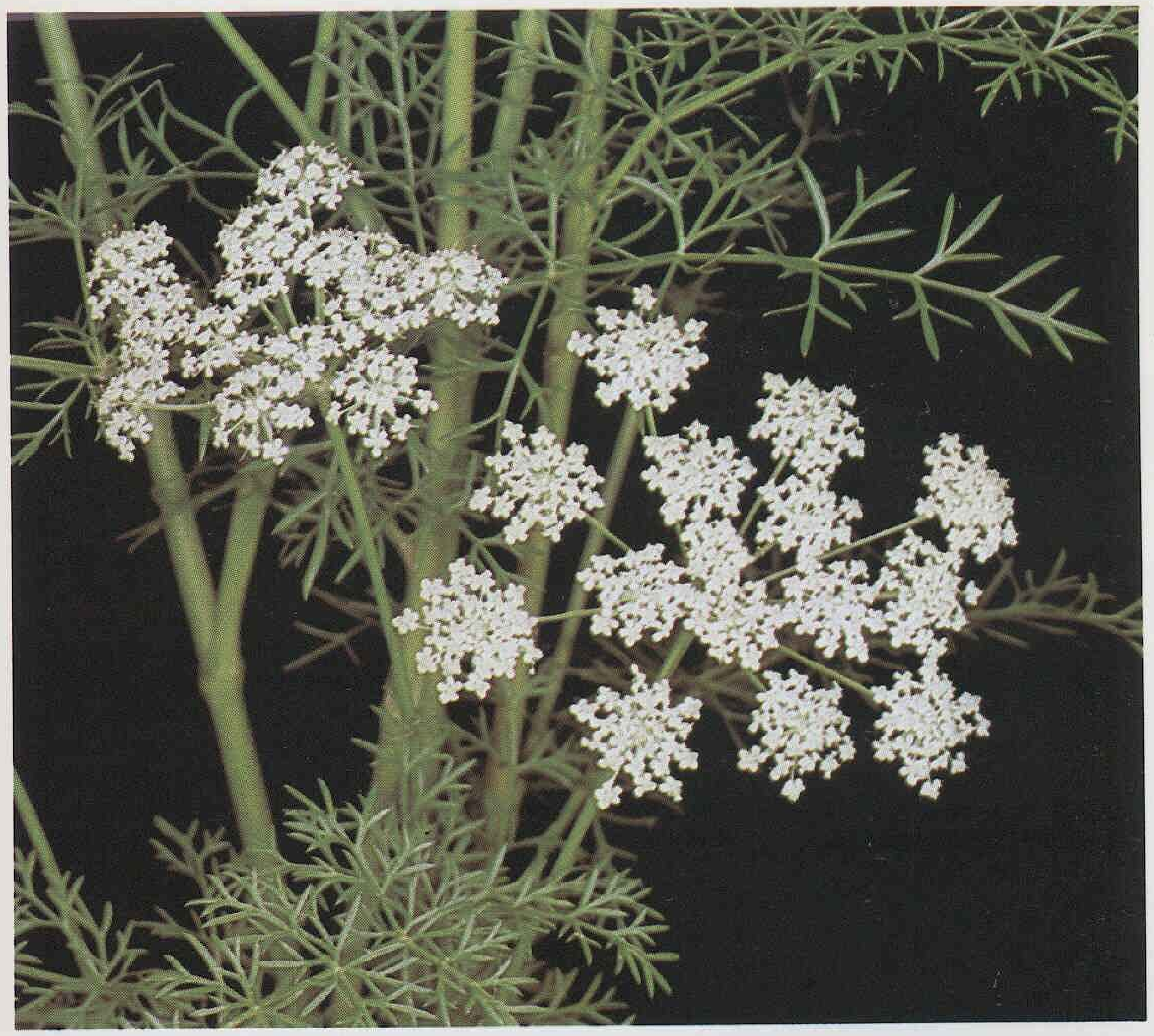
(Cat.: *càrtam;* eusk.: *basa-azaparan*)
Carthamus tinctorius

Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea provista de numerosas raíces y tallo erecto, ramificado, rayado. Las hojas, ovaladas lanceoladas, son espinosas, dentadas, en ocasiones enteras, sésiles, con la página provista de abundante nerviación. Las cabezuelas llevan escamas ovaladas, oblongas, espinosas las externas y las internas agudas. Las flores son de color amarillo azufre y el fruto es un aquenio tetrágono obovado. Se cría espontáneo en las zonas del llano, y a menudo se usa como planta ornamental en los jardines. Es originaria de África y se recolecta de julio a octubre.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Lípidos, glúcidos, enzima coagulante, celulosa, sustancias colorantes, aceite insaturado.
Propiedades Colorante, anticolesterolémico, purgante.
Modo de empleo Aceite normal y depurado, infusión.
Nota La planta, antaño muy utilizada, en la actualidad está prácticamente olvidada. A partir de esta especie se extraía un colorante amarillo soluble en agua, y otro rojo soluble en alcohol. Este segundo se denominaba carmín de cártamo. Con la sustancia amarilla se teñía la lana, pero su color se modificaba con la exposición a la luz solar. En ocasiones las flores se han empleado como sustitutivo del azafrán, mucho más caro, mientras que todavía hoy algunos colores de pintura se preparan a base de cartamina, denominado rojo de España. El aceite de las semillas es purgante; depurado puede usarse en las dietas de los arterioscleróticos, de las personas obesas y de los cardiopáticos, ya que desarrolla una actividad anticolesterínica.



71 ALCARAVEA
(Cat.: *càrvit;* eusk.: *txarpoil*)
Carum carvi

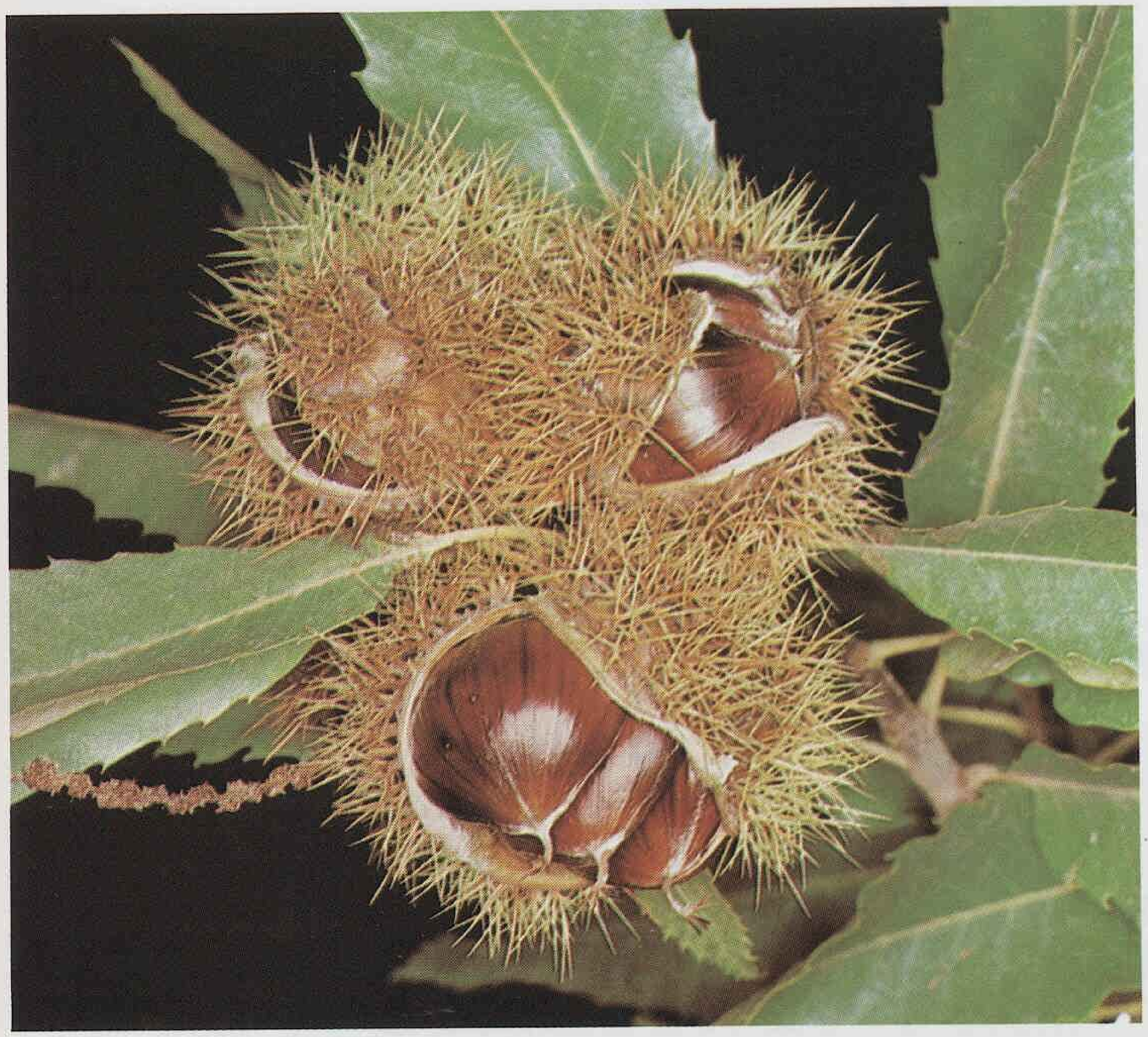
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta perenne, provista de raíz fusiforme y tallo de hasta 80 cm de altura, ramificado. Las hojas son pinnatosectas y compuestas por lacinias, desde la base al ápice. La inflorescencia es una umbela de hasta 15 radios desiguales. Las flores son blancas con el cáliz reducido; poseen cinco pétalos y cinco estambres. Las flores se agrupan a su vez en pequeñas umbelas. El fruto es un diaquenio de forma ovoidal alargada, con costillas externas. Crece por doquier, en los prados y zonas con abundante hierba, y también en la montaña, tanto en estado espontáneo como cultivado. Se recolecta al llegar a la maduración.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos La esencia contiene: limoneno, carveola, carveno; prótidos, ácidos grasos, tanino, aceite, resina.
Propiedades Aromática, digestiva, carminativa, antiespasmódica, antiséptica.
Modo de empleo Decocción, tintura, polvos, liparolito.
Nota La esencia se extrae en una proporción del 5 %, y su densidad es de 0,9. La planta se utiliza ampliamente en la preparación de licores y en perfumería, y además como antiparasitaria en pomadas. Los brotes tiernos se añaden a las ensaladas para su aromatización. Se emplea además para la preparación de un licor llamado kümmel.



---

72 CASTAÑO
(Cat.: *castanyer;* eusk.: *gaztañondo*)
Castanea sativa

Familia Fagáceas.
Descripción Árbol de alto porte, muy conocido, que llega a los 30 m, con tronco circular y corteza hendida; muy ramificado. Las hojas, pecioladas, son lanceoladas, agudas, aserradas, glabras y coriáceas. Las flores masculinas se disponen en amentos amarillos cilíndricos insertos en la axila de las hojas; las femeninas se agrupan en una especie de cúpula en la base de los amentos masculinos. El fruto (1-2-3 aquenios) es de forma esférica. Los aquenios quedan encerrados en el interior de un pericarpio frecuentemente espinoso (erizo). Se recolecta de mayo a julio y crece en los bosques de la zona montañosa europea.
Partes utilizadas Las hojas y la corteza.
Compuestos químicos Tanino, ácido gálico, inositol, pectina, azúcar, fósforo, magnesio, hierro.
Propiedades Astringente, sedante bronquial, béquico.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido y jarabe.
Nota Las flores son muy buscadas por las abejas y antiguamente se empleaban para aromatizar el tabaco de pipa. La madera, muy dura, resulta adecuada para los trabajos de tornería y carpintería en general. A partir de ella se extrae tanino utilizado en el curtido de pieles. De la cáscara de los frutos y de las hojas se prepara un champú natural que tiñe en tonos rubios. Las hojas se han empleado como sucedáneo del amamelide virginiano. La harina de castaña posee propiedades alimenticias parecidas a las del trigo; con ella se preparan mermeladas de elevado poder nutritivo. La infusión de las hojas es uno de los remedios más eficaces contra la tos ferina.



73

Catharanthus roseus

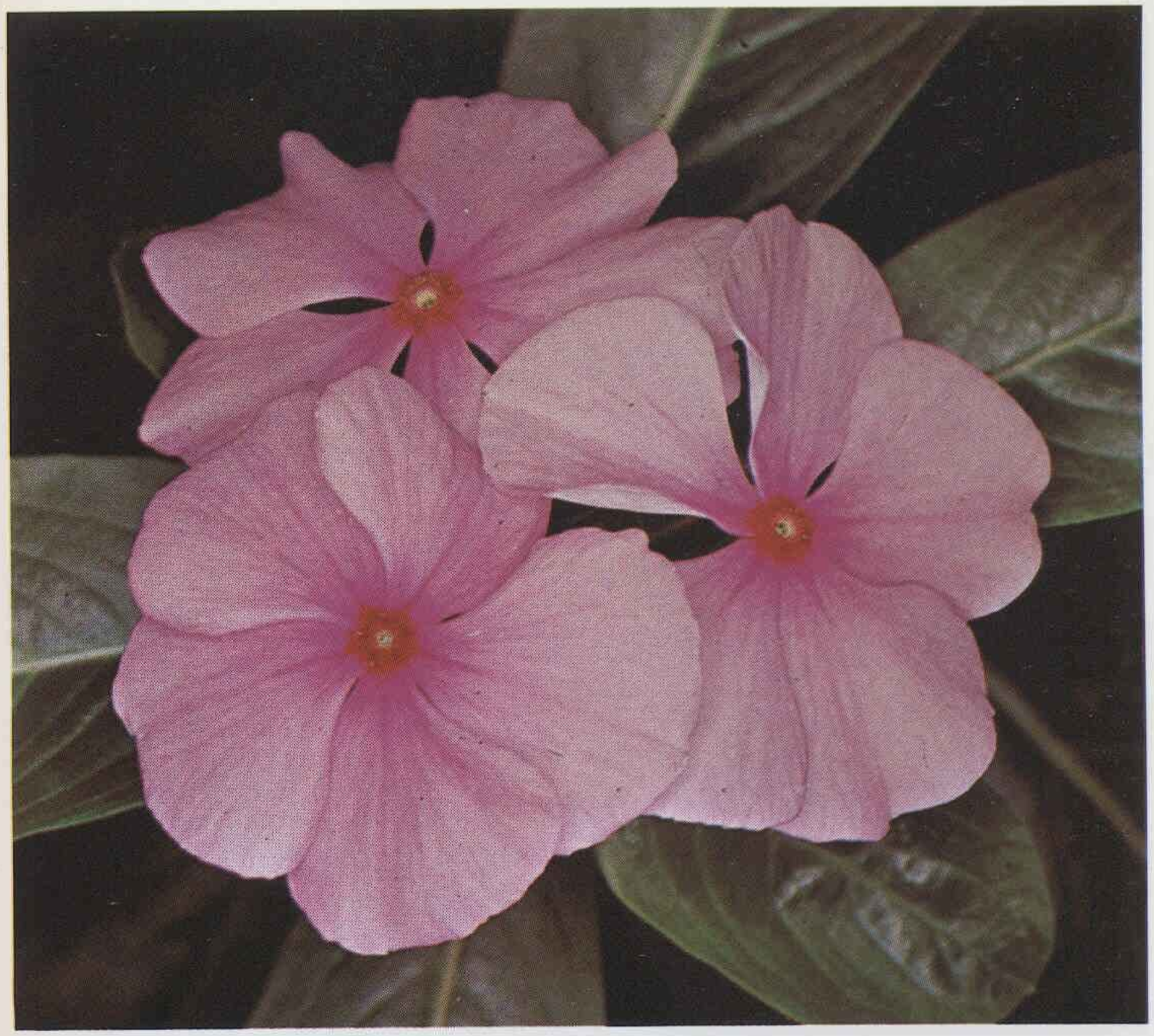
Familia Apocináceas.
Descripción Planta típica de los países cálidos tropicales, con tallo erguido y cilíndrico, leñoso y ramificado, aspecto ligeramente inclinado y posteriormente erecto, verde, portador de hojas opuestas, poco pecioladas, ovaladoelípticas, lanceoladas, con la extremidad aguda o subaguda. La cara superior es brillante y glabra; la inferior, opaca y de color más claro. Las flores son pedunculadas, solitarias o axilares, apicales, con la corola tubular rosada provista de lóbulos ovalados. Puede alcanzar hasta 80 cm de altura. Se recolecta en el momento de la floración.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Vimblastina, vinleurrosina, vinrósido, vincistina.
Propiedades Citostática.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, preparaciones homeopáticas.
Nota La actividad anticancerígena de esta especie ha sido descubierta hace relativamente poco. Anteriormente había sido usada para la curación de la diabetes. Puede cultivarse también en los climas mediterráneos, pero requiere cuidados especiales para alcanzar los niveles de temperatura y humedad adecuados.

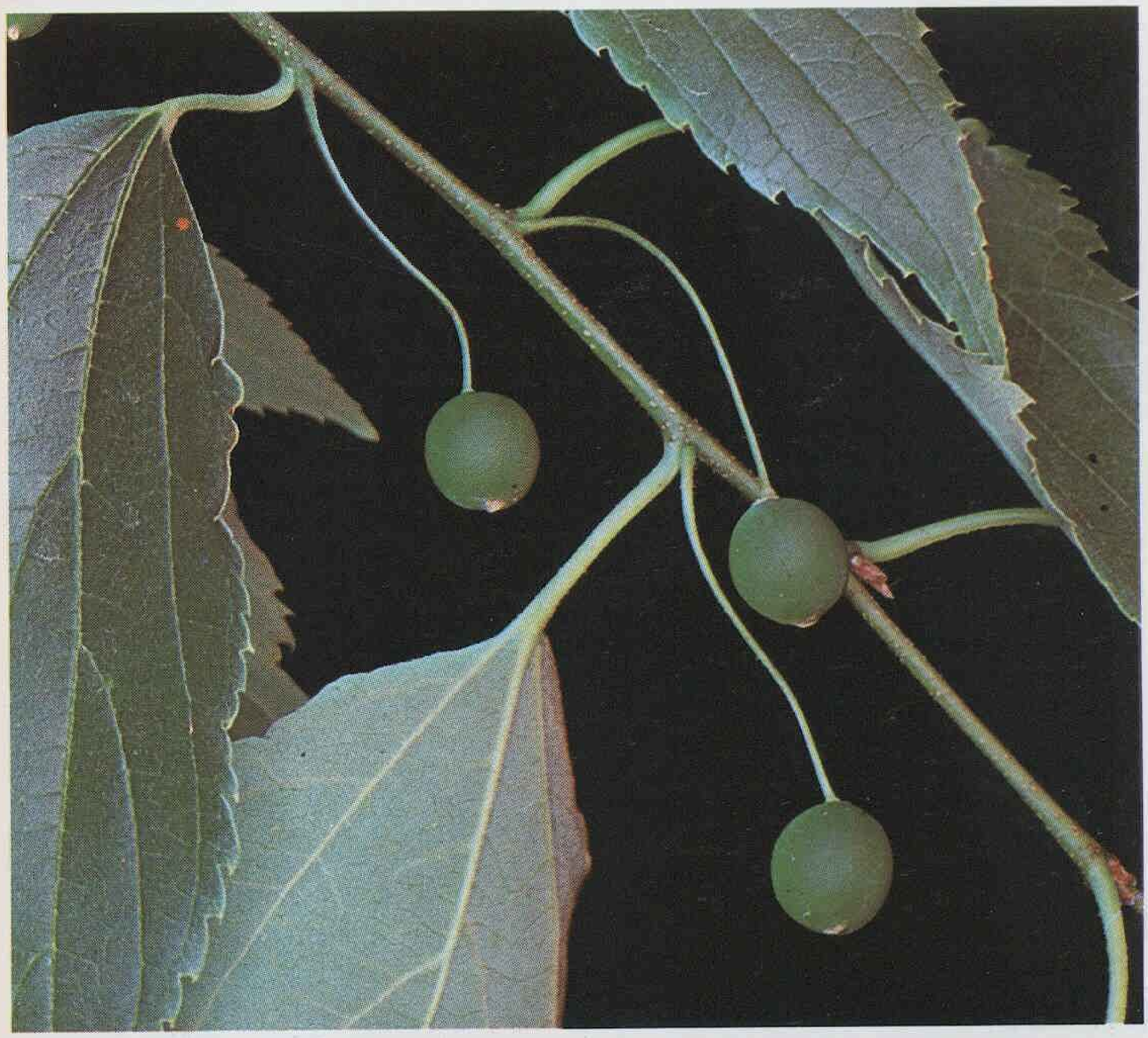
---

74 ALMEZ

(Cat.: *lledoner;* eusk.: *almeza*)
Celtis australis

Familia Ulmáceas.
Descripción Árbol que puede llegar a los 20 m de altura, con un diámetro del tronco superior a un metro, longevo, provisto de raíces profundas y muy desarrolladas. La corteza es de color gris y el tallo está frecuentemente acanalado. Las hojas son lanceoladas con el ápice acuminado. El margen es dentado. La cara superior, de color verde oscuro, y claro la inferior. Las flores verdosas se disponen en racimos axilares sobre el pedúnculo. El fruto es una drupa de color verde amarillento, que se hace negruzca al alcanzar la madurez. Crece con facilidad en los países de la cuenca mediterránea y en toda Europa. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Taninos, mucílagos.
Propiedades Astringente, lenitivo, antidiarreico, estomacal.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido.
Nota Los frutos del almez son comestibles y pueden utilizarse en la preparación de mermeladas rústicas. La madera, apreciada para los trabajos de tornería, se utilizaba antaño para fabricar fustas y látigos. Las semillas, por extrusión, proporcionan aceite. En cambio, la corteza y las raíces contienen una esencia colorante amarilla empleada en la tinción de la seda.





75 CENTÁUREA MAYOR

(Cat.: *centaura;* eusk.: *lubeazun*)
Centaurea centaurium

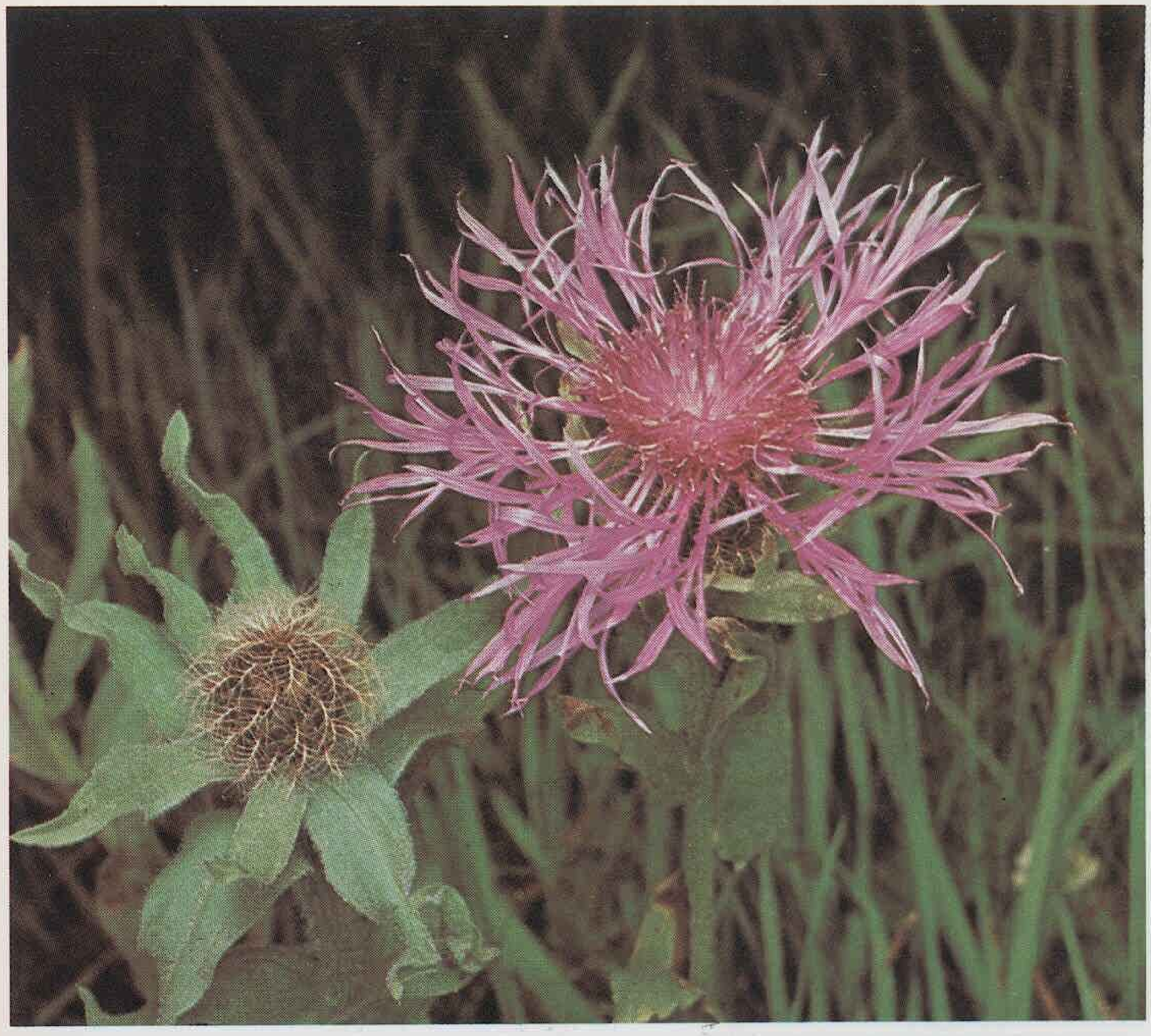
Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea provista de raíz fusiforme, gruesa y blanca. El tallo es erguido, ramificado, con hojas alternas pinnatífidas, mono o biaserradas, pecioladas, de color verde. Las flores son tubulosas y se reúnen en grandes cabezuelas globosas de color púrpura. El fruto es un aquenio aplastado, con vilano de color pardo. No es muy abundante en prados y montes. Prefiere los suelos profundos; se recolecta en octubre.
Partes utilizadas Las raíces.
Compuestos químicos Centaurina, fitosterina, inulina, resina, tanino, sustancia amarga.
Propiedades Tónica, colagoga, béquica.
Modo de empleo Infusión, jarabe, enolito, tintura.
Nota La centáurea mayor se emplea en la preparación de licores caseros amargos y en uso externo, en decocción, como astringente en las dermatosis o sobre las heridas, en las que desarrolla una acción reparadora. La destilación de las hojas proporciona agua destilada útil en las inflamaciones oculares si se emplea en forma de baño de ojos. En algunas regiones, los brotes tiernos se consumen en las ensaladas a fin de obtener una acción tónica y digestiva. La decocción concentrada se emplea como colutorio en las aftas bucales.

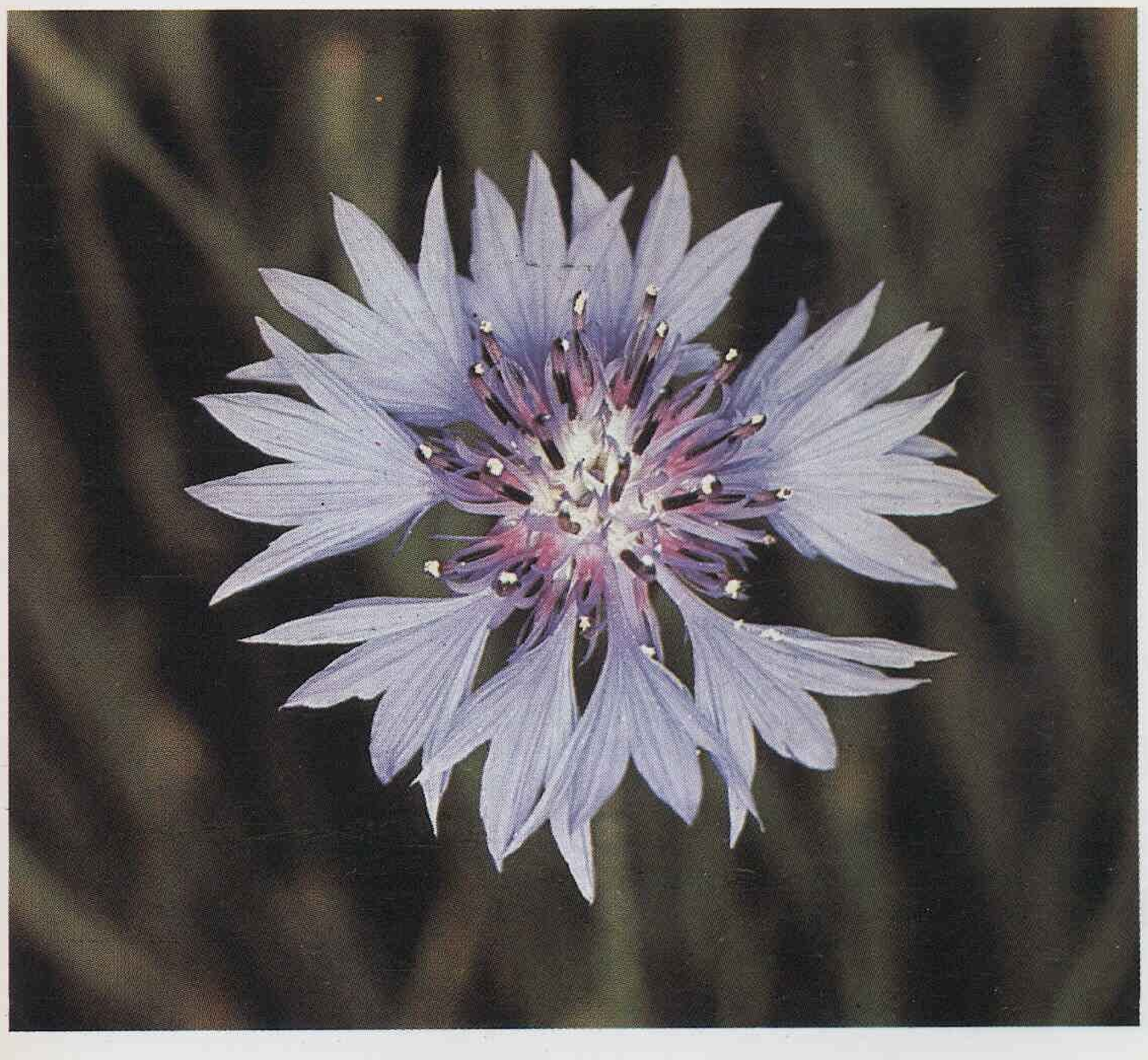
---

76 ACIANO

(Cat.: *blavet;* eusk.: *nabar-lore*)
Centaurea cyanus

Familia Compuestas.
Descripción De *kyanos,* azulado. Hierba anual o bianual, con tomento blanquecino y raíz axonomorfa. El tallo presenta numerosas ramificaciones. Mide por término medio un metro. Las hojas radicales están dispuestas en roseta y son pinnatífidas, mientras que las caulinares son enteras. Las flores están sostenidas por pedúnculos delgados y frágiles, se reúnen en cabezuelas (que presentan el receptáculo rodeado por escamas membranosas) formadas por flores periféricas de un hermoso color azul celeste, tubulares, y flores internas de color púrpura. El fruto es un aquenio cilíndrico en el que se inserta el vilano provisto de varias sedas. El aciano se recolecta en mayo.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Flavonoides, centaurina, cianina, cianidina, taninos, sales potásicas y magnésicas.
Propiedades Oftálmica, béquica y diurética.
Modo de empleo Agua destilada, infusión, tintura.
Nota Esta especie se usa también como comestible, empleando para ello los brotes tiernos, y una vez desecada se emplea en composiciones florales, ya que mantiene inalterado el color azul de las flores. Su empleo más común en la medicina rural es como antiflojístico oftálmico en las conjuntivitis y blefaritis. En algunas zonas las hojas en decocción se emplean como antirreumáticos y las semillas a modo de laxante ligero para los niños.





77

CENTÁUREA

(Cat.: *centaura*)
Centaurea jacea

Familia Compuestas.

Descripción Planta herbácea con raíz axonomorfa. Tallo erecto, ramificado, ligeramente pubescente. Hojas alternas, lanceoladas y sinuosas, pecioladas o sésiles según el nivel de inserción. Cabezuela solitaria apical con flores púrpura, raramente blancas. Invólucro con brácteas imbricadas. El fruto es un aquenio de color blanco. Esta planta crece espontánea en el campo, preferentemente en lugares incultos, escombros y junto a los caminos. Mide por término medio 60 cm. Se recolecta a finales de verano.

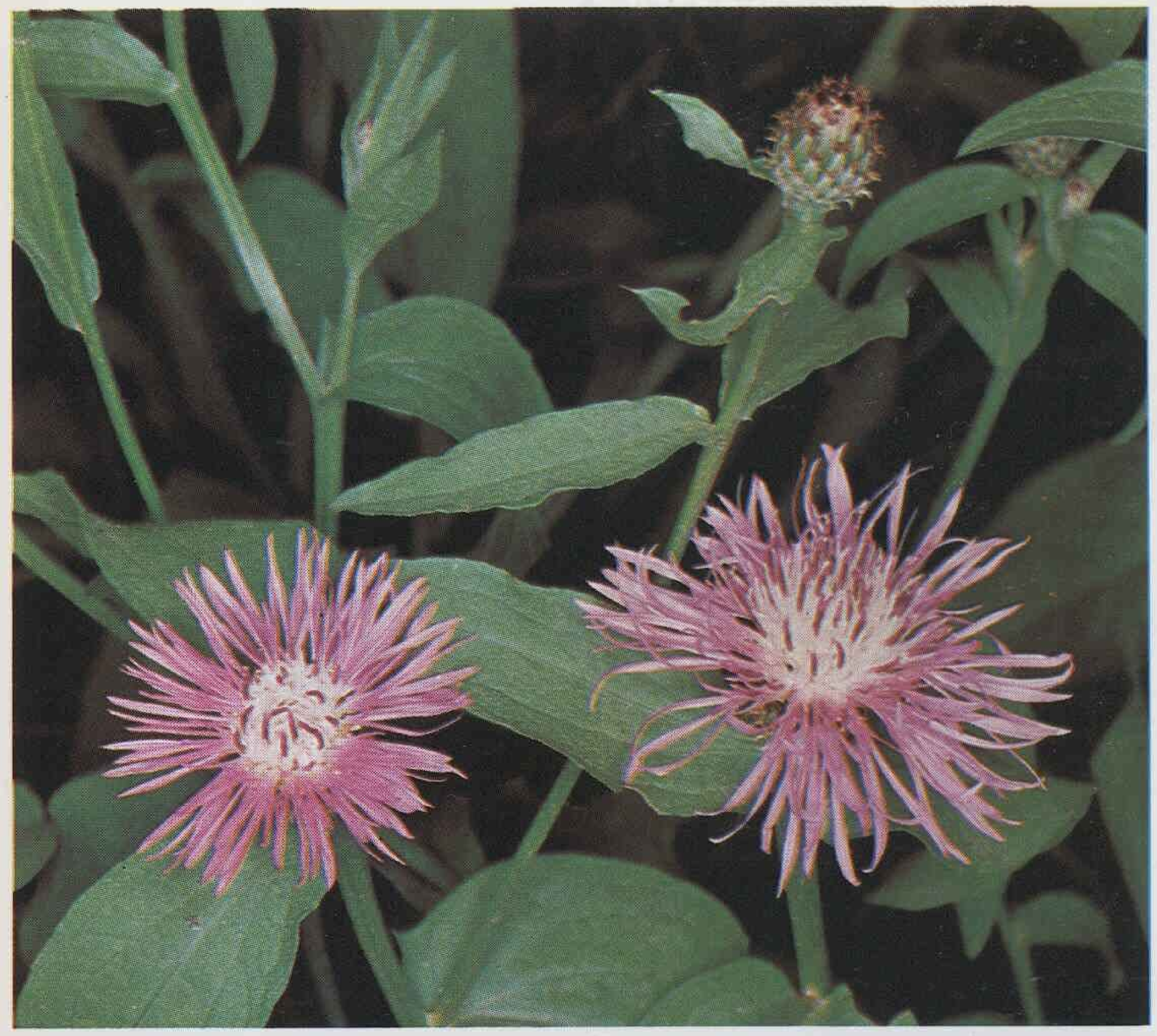
Partes utilizadas La raíz.

Compuestos químicos Centaurina, colorante, potasio, magnesio, tanino, mucílagos.

Propiedades Tónica amarga, estomacal, diurética, antitérmica.

Modo de empleo Infusión, enolito, tintura, extracto fluido, polvos, agua destilada.

Nota Esta especie se usa también actualmente como digestivo y para disminuir el ardor producido por las fiebres infantiles. La centaurina es un tónico efectivo muy ventajoso en las digestiones difíciles. El agua destilada se utiliza, igual que el aciano, como colirio en las conjuntivitis.



78

ALGARROBO

(Cat.: *garrofer*)
Ceratonia siliqua

Familia Papilionáceas.

Descripción Planta o arbusto perenne, de tronco grueso y corto, provisto de una amplia copa. Las hojas compuestas son paripinnadas, de forma casi circular, prácticamente sésiles, con el margen entero y la página lisa, coriácea, brillante, verde. Las flores, según el tipo de la planta, pertenecen a uno u otro sexo. Se agrupan en racimos y poseen el pedúnculo directamente unido al tronco. El perigonio es pequeño y con cinco dientes. Carecen de pétalos. El fruto es una legumbre de color marrón provisto de dos largas costillas marginales en cada cara, de consistencia coriácea, interior carnoso, y contiene una serie de semillas oscuras y duras. Procede de Asia Menor, pero actualmente crece en toda la cuenca mediterránea. Se recolecta cuando los frutos alcanzan la madurez.

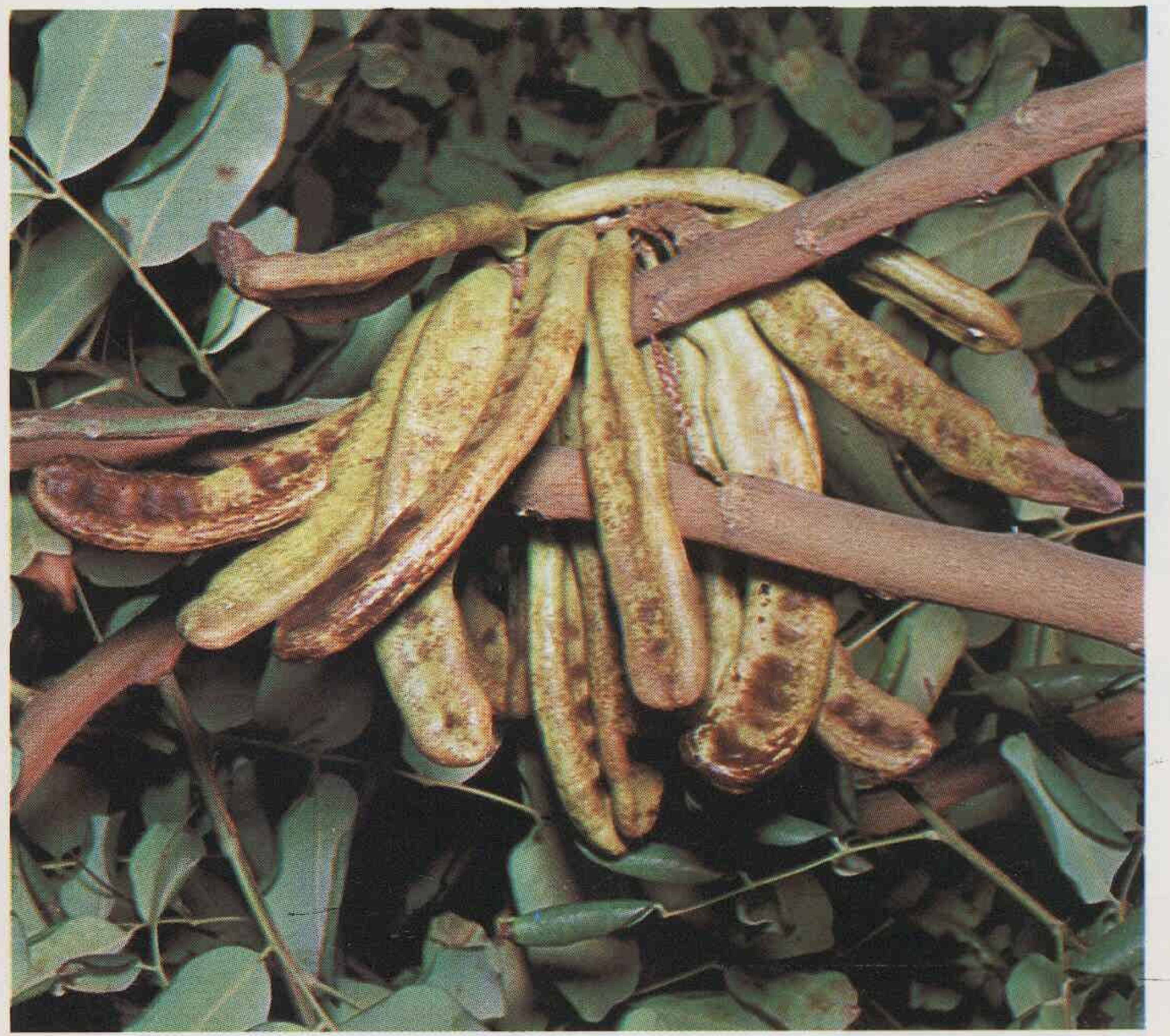
Partes utilizadas La harina de los frutos.

Compuestos químicos Azúcares, grasas, proteínas, tanino, pectinas, ácido benzoico, ácido fórmico, mucílagos, vitaminas.

Propiedades Antidiarreico, emoliente.

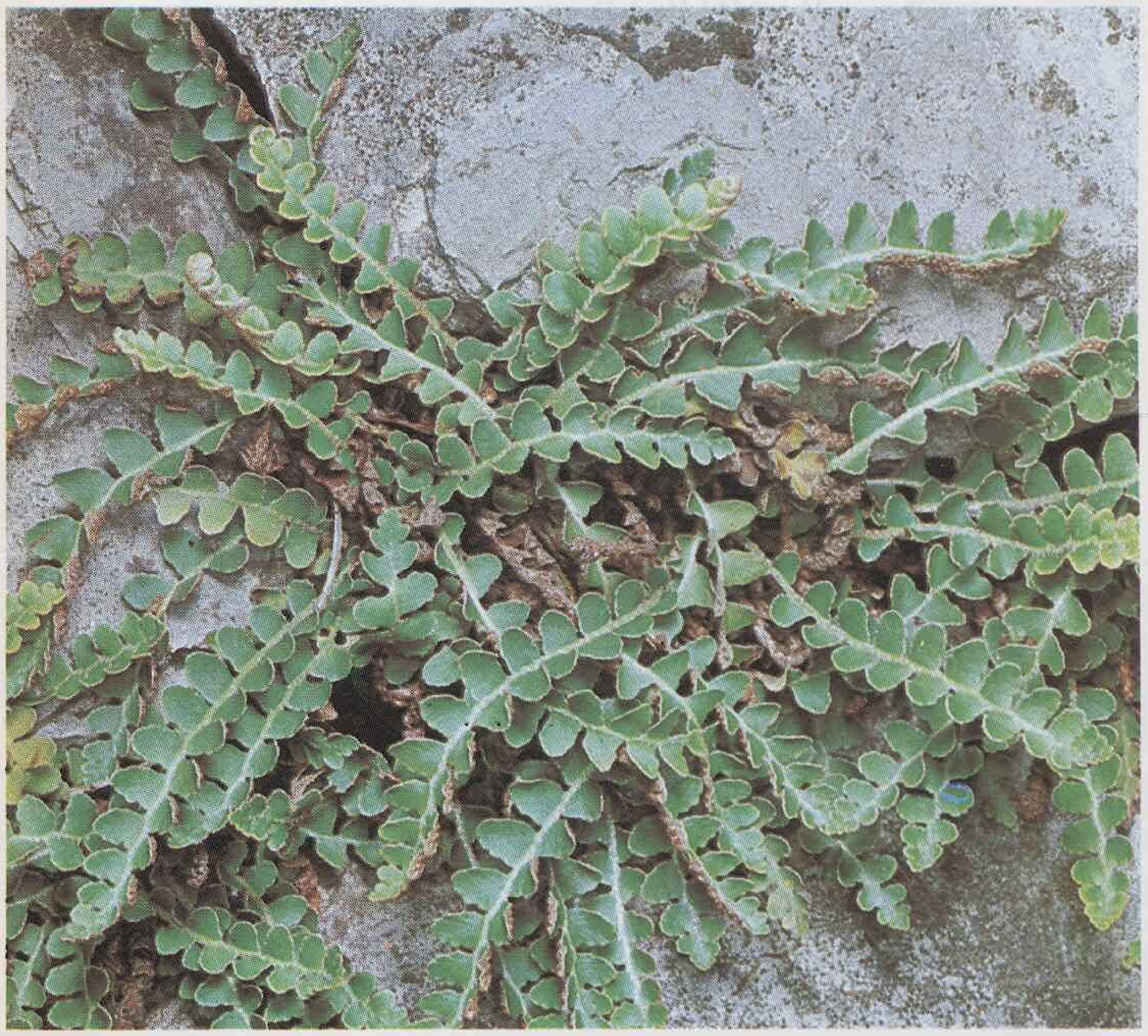
Modo de empleo Extracto fluido, electuario, decocción, jarabe.

Nota A partir de la madera del algarrobo pueden obtenerse bebidas alcohólicas después de la fermentación de la pulpa. La harina se utiliza para preparar cubitos para el caldo o para obtener una bebida parecida al cacao. Se emplea también en cosmética para mascarillas y como base para salvados en la industria zootécnica. La madera se usa en tornería, y la corteza resulta adecuada para obtener taninos para curtidos.



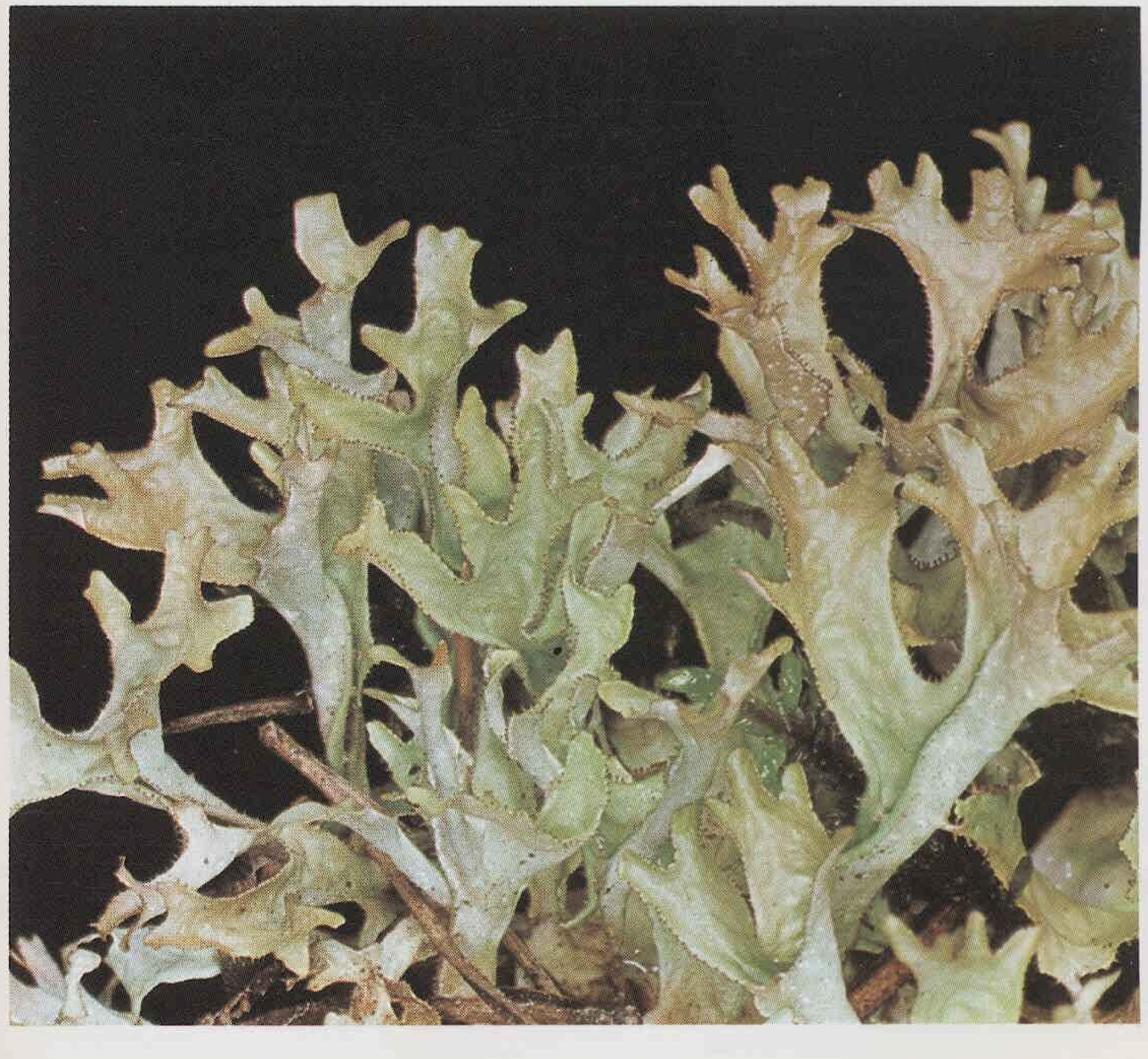
79 DORADILLA
(Cat.: *dauradeta;* eusk.: *culandrín ori*)
Ceterach officinarum

Familia Polipodiáceas.
Descripción Se trata de un helecho provisto de un rizoma muy corto, dotado a su vez de radículas, del que parten frondes coriáceos, pinnatipartidos, con lóbulos opuestos alternos, de color verde oscuro en la cara superior y pardo rojizo en la inferior. Los esporangios se disponen sobre la nerviación mediana y se reúnen en soros lineales. Crece frecuentemente en las hendiduras de las rocas y de los muros, pero en general no en el mismo suelo, al menos en las regiones más cálidas de Europa. Los frondes pueden alcanzar una longitud aproximada de 20-25 cm, y se recolectan de mayo a agosto.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Tanino, ácidos orgánicos, mucílagos.
Propiedades Béquica, diurética.
Modo de empleo Infusión.
Nota El uso de la planta debe hacerse con cautela, puesto que todavía no ha podido ser bien estudiada. Las preparaciones, desagradables al paladar, deben realizarse junto con sustancias aromatizantes o edulcorantes a fin de enmascarar su mal gusto. La planta se confunde a menudo con *Asplenium trichomanes,* aunque éste es más pequeño y delgado. Resulta interesante señalar que puesto que la doradilla crece en lugares pedregosos y en desplomes, ello permite una diseminación más fácil de las esporas. Durante el día, si el sol es intenso, los frondes se repliegan a fin de evitar la eliminación de agua. En la zona mediterránea se utiliza ampliamente contra la arenilla de la vejiga. Se emplea también a menudo junto con otras plantas mucilaginosas en las afecciones bronquiales.



80 LIQUEN DE ISLANDIA
(Cat.: *líquen d'Islàndia*)
Cetraria islandica

Familia Parmeliáceas.
Descripción De *leiko,* lamer: en sentido figurado, planta que lame las ramas sobre las que crece. Este liquen presenta el aspecto de un pequeño talo erguido de aproximadamente 8 cm. Vive en general sobre la corteza de los árboles. El talo, de color verdoso y blanquecino, está dividido en lóbulos lobulados coriáceos, festoneados y plegados. Los bordes tienden a adoptar un color más oscuro. Es inodoro. Crece sobre las rocas y las ramificaciones de las coníferas en toda Europa, especialmente en las regiones árticas. Se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas El talo.
Compuestos químicos Almidón de liquen, celulosa, mucílagos, ácido salicílico y fumárico, azúcar, goma, cetrarina, sales de potasio, hierro, sodio, magnesio, ácido úsnico.
Propiedades Amargo, tónico, reconstituyente, béquico, galactóforo, vermífugo, antibiótico, vulnerario.
Modo de empleo Decocción, gelatina, extracto fluido, tintura, polvos.
Nota Se utiliza en farmacia para preparaciones pectorales. La gelatina se ha usado como alimento. Puesto que este liquen es muy amargo, se procede en primer lugar a la eliminación del sabor mediante ebullición preventiva con carbonato de potasio. Recientes estudios han descubierto en el ácido úsnico una potente acción antibiótica, lo que hace que su intervención sea fundamental en distintas preparaciones desinfectantes comerciales.



81 ALHELÍ AMARILLO

(Cat.: *violer groc;* eusk.: *txirintxoi*)
Cheiranthus cheiri

Familia Crucíferas.

Descripción Planta herbácea erecta, con raíz leñosa y tallo provisto de cortas ramificaciones. Las flores basales se disponen en rosetas, y las caulinares son alternas, lanceoladas, casi sésiles, enteras. Las flores son tetrasépalas y tetrapétalas, con la corola amarilla con estrías de color rojo o pardo. Las flores se reúnen en racimos apicales. El fruto es una silicua cuadrangular que contiene semillas ovales. Crece espontánea y también es muy común cultivada en jardines y huertos. Se recolecta en setiembre.

Partes utilizadas Las hojas.

Compuestos químicos Queirantina, cuarcitina, mirosina, esencia.

Propiedades Cardiotónica.

Modo de empleo Infusión, tintura, polvos, extracto fluido, extracto seco, enolito.

Nota La planta, empleada a elevadas dosis, puede producir fenómenos de intoxicación, ya que es más activa que el digital. No debe utilizarse en absoluto por personas afectadas por la enfermedad de Basedow, que padecen miocarditis o braquicardia. El descubrimiento de la queirantina como cardiotónico es reciente; en épocas antiguas la planta se utilizaba como diurética, no sin riesgos. Se han obtenido asimismo diversas variedades que por la belleza de sus flores se emplean como ornamentales en jardinería.

---

82 CELIDONIA

(Cat.: *celidònia;* eusk.: *zaran*)
Chelidonium majus

Familia Papaveráceas.

Descripción De *donum coeli,* don del cielo, o de *chelidon,* golondrina (golondrinera o hierba de las golondrinas). Hierba bianual con raíz axonomorfa con varias ramificaciones, de la que parten tallos cilíndricos, delgados, nodosos, pubescentes, que contienen una savia pardo anaranjada densa. Las hojas son pecioladas, pinnatisectas, cuyos segmentos poseen un pequeño pecíolo o bien son sésiles, ensanchadas a nivel de la unión del segmento al pecíolo. Las flores, de un hermoso color amarillo oro, son pequeñas, tetrapétalas, con el cáliz bisépalo, y se reúnen en pequeñas umbelas. El fruto es una cápsula bivalva silicuiforme, que al abrirse descubre semillas negruzcas pequeñas y numerosas. Crece espontánea en toda Europa, preferentemente en setos y pies de muro, en lugares húmedos. La planta puede alcanzar y superar el medio metro. Se recolecta en primavera y debe utilizarse fresca.

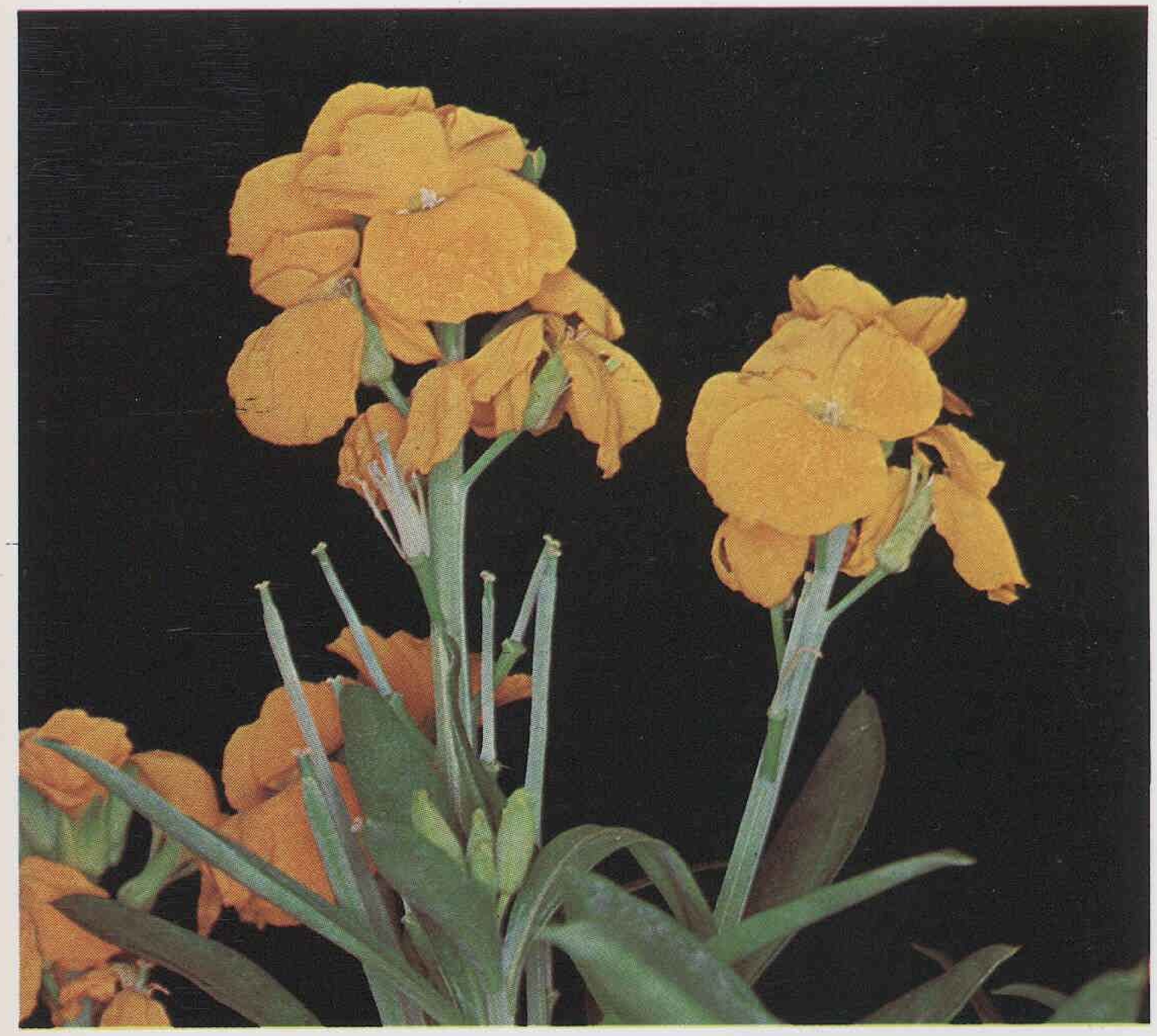
Partes utilizadas La planta entera.

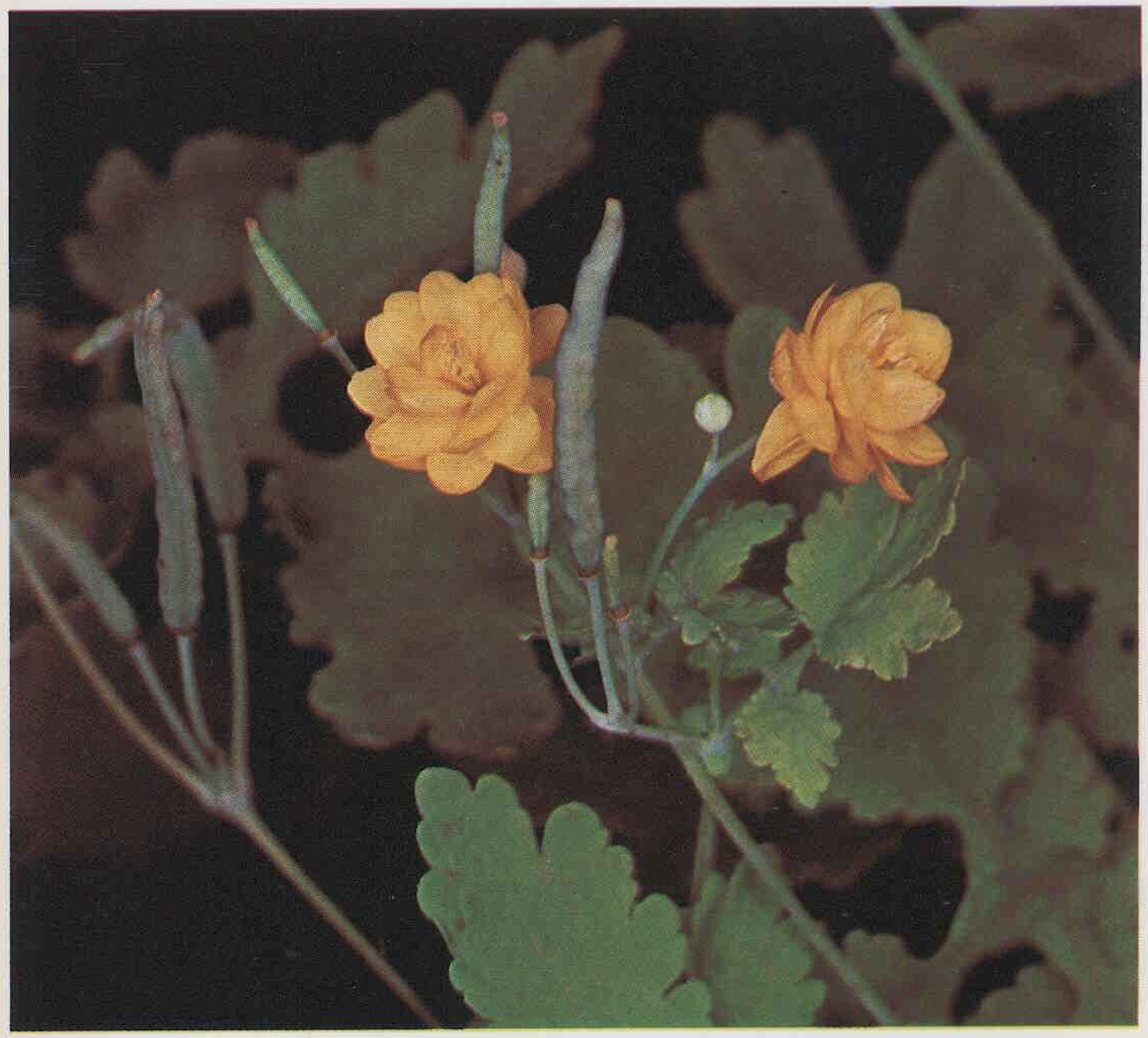
Compuestos químicos Alcaloides, quelidonina, sanguinaria, queleritrina, protopina, berberina, esparteína; fosfato, calcio, amonio, magnesio, aceites esenciales, enzimas.

Propiedades Colagoga, desobstruyente de la vesícula biliar, narcótica, coricida.

Modo de empleo Infusión, tintura, jugo.

Nota Se ha señalado una analogía con el opio debido a la dependencia que crea. A través de unos estudios realizados en 1929 por Stickl sobre el carcinoma de ratón, se comprobó una acción citostática efectiva que, sin embargo, no fue investigada en profundidad.

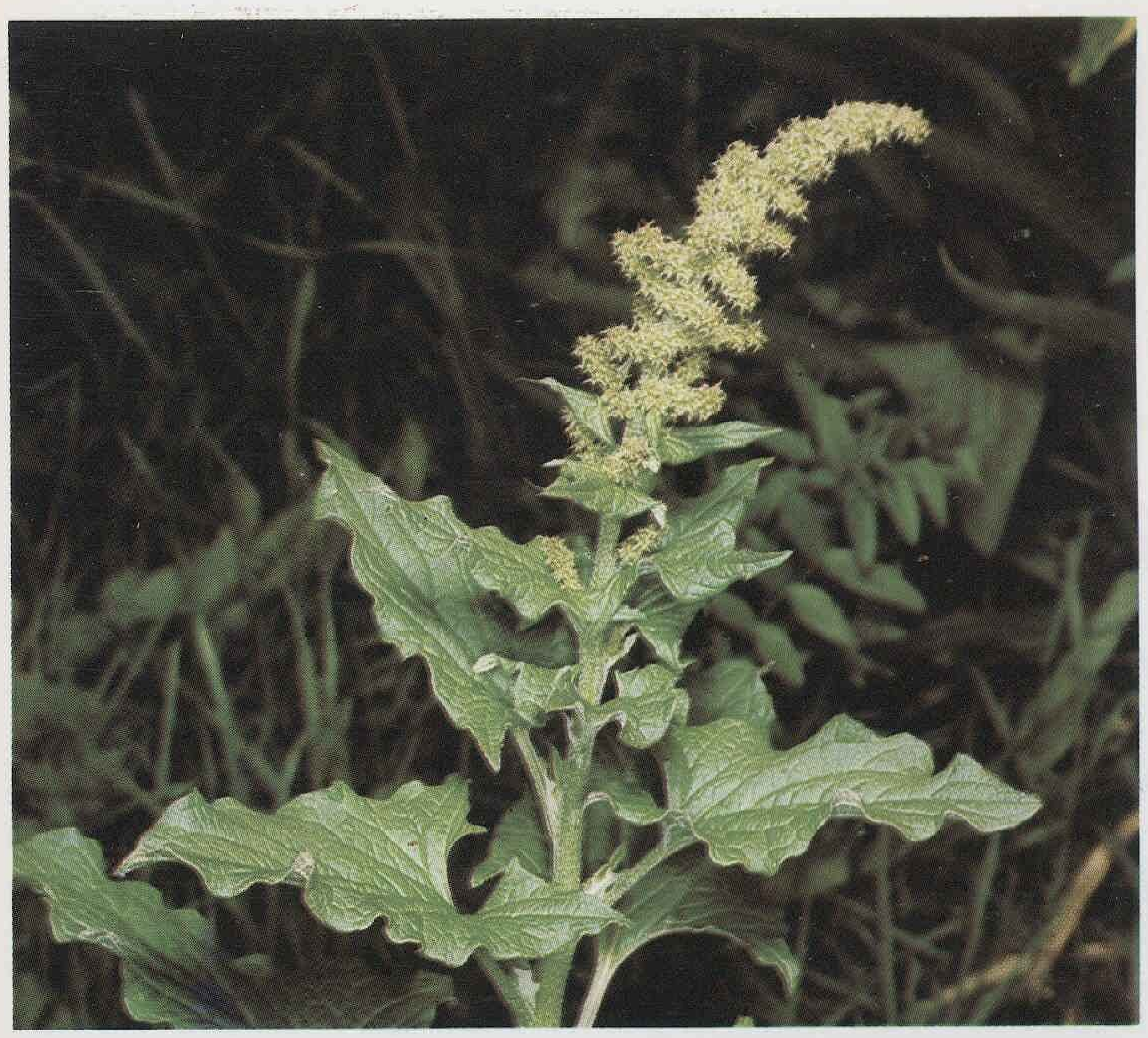




83 ZURRÓN

(Cat.: *sarró*)
Chenopodium bonus-henricus

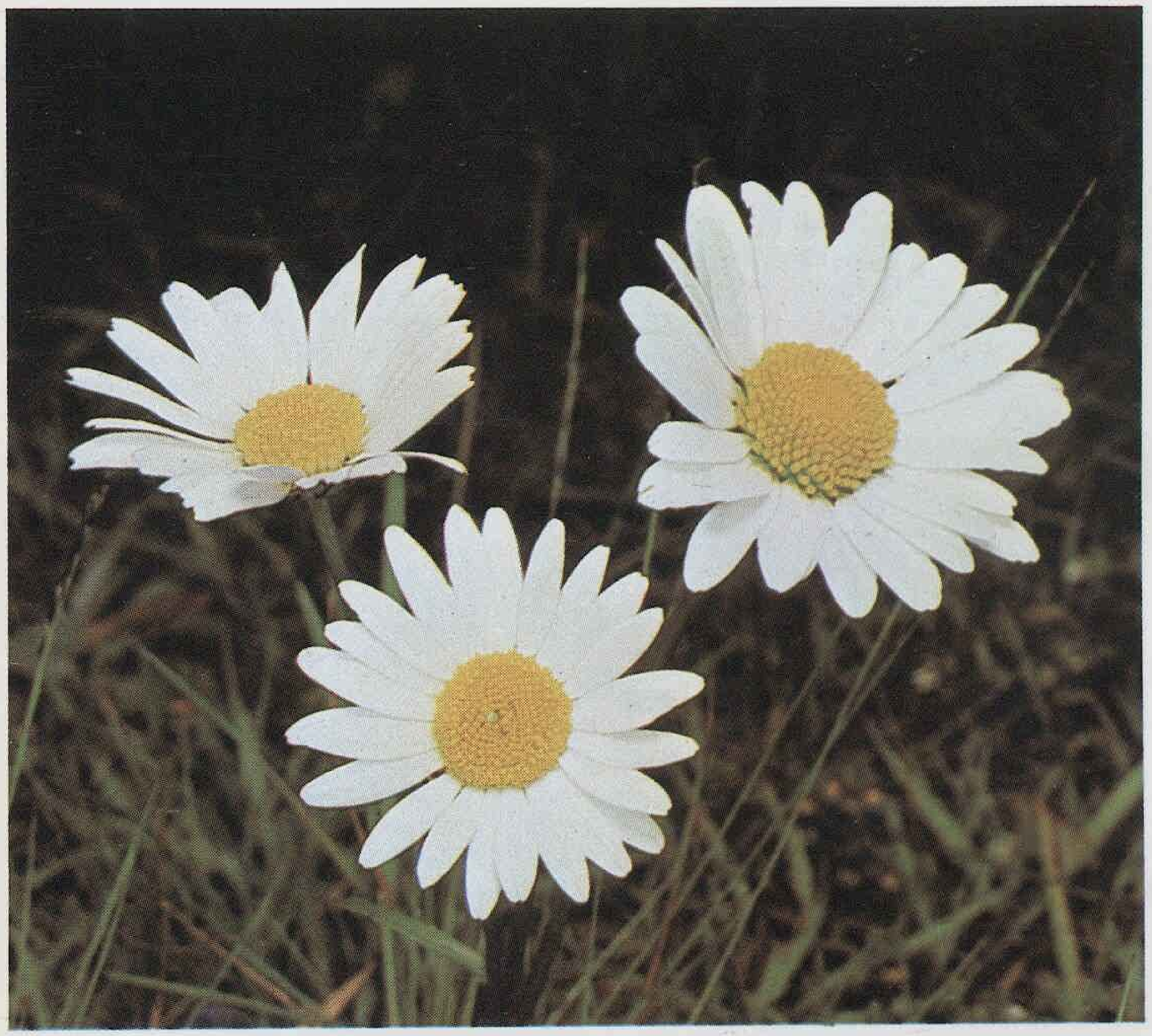
Familia Quenopodiáceas.
Descripción Su denominación es en honor de Enrique IV de Navarra. Hierba perenne, erecta, provista de raíz muy ramificada, tallo surcado. La planta está cubierta por una especie de polvillo amarillento. Las hojas son alternas, astadas, triangulares, onduladas, pecioladas. Las flores se reúnen en espigas terminales con cinco sépalos de color verdoso. El fruto comprimido contiene semillas reniformes con abundante albumen. Alcanza el medio metro de altura. Crece tanto en la llanura como en las zonas montañosas, a lo largo de los caminos, próxima a las casas. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Mucílagos, saponina, hierro, sales.
Propiedades Emoliente, laxante.
Modo de empleo Polvos, infusión.
Nota Esta especie está contraindicada para quienes padecen de los riñones y de reumatismos. Es bastante apreciada en alimentación macrobiótica, y las cimas tiernas se comen después de su ebullición, a modo de espinacas. Por su elevado contenido en hierro está particularmente indicada para los casos de anemia. Externamente, las hojas se trituran y aplican sobre los accesos y forúnculos, para aprovechar los efectos beneficiosos de los mucílagos que contienen. Las semillas poseen acción laxante. Muy indicadas para estipsis no recalcitrantes y en especial para los niños.



84 MARGARITA MAYOR

(Cat.: *margarida*)
Chrysanthemum leucanthemum

Familia Compuestas.
Descripción Planta anual o perenne de 30 a 60 cm de altura, glabra, a veces tomentosa, ligeramente ramificada, con el tallo marcado por una serie de estriaciones de color rojo, longitudinales. Las hojas más basales son pecioladas, de forma espatulada, mientras que las apicales son estrechas y amplexicaules. Las flores están formadas por cabezuelas coronadas por las brácteas estrechas del invólucro, que poseen en el borde una tonalidad púrpura oscura. La corola presenta flores liguladas, con la lígula dentada en la extremidad. Los frutos son alargados, oscuros, con una banda blanca, mientras que los que proceden de las flores de la corona están provistos de una especie de vilano. Florece desde abril a octubre y crece por doquier, tanto en la llanura como en la montaña baja. Se recolecta en el momento de la floración.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Esencia, tanino, goma, resina.
Propiedades Antiespasmódica, béquica, emenagoga, vulneraria.
Modo de empleo Polvos, infusión, tintura, cataplasma.
Nota Externamente posee una acción vulneraria sobre las heridas de difícil cicatrización. El agua destilada se emplea como eficaz colirio en las conjuntivitis. Los tiernos brotes primaverales pueden consumirse como ensalada junto a otras hierbas. Se cultiva también con finalidad ornamental.



85 MATRICARIA

(Cat.: *matricària;* eusk.: *emasa-belharr*)
Chrysanthemum parthenium

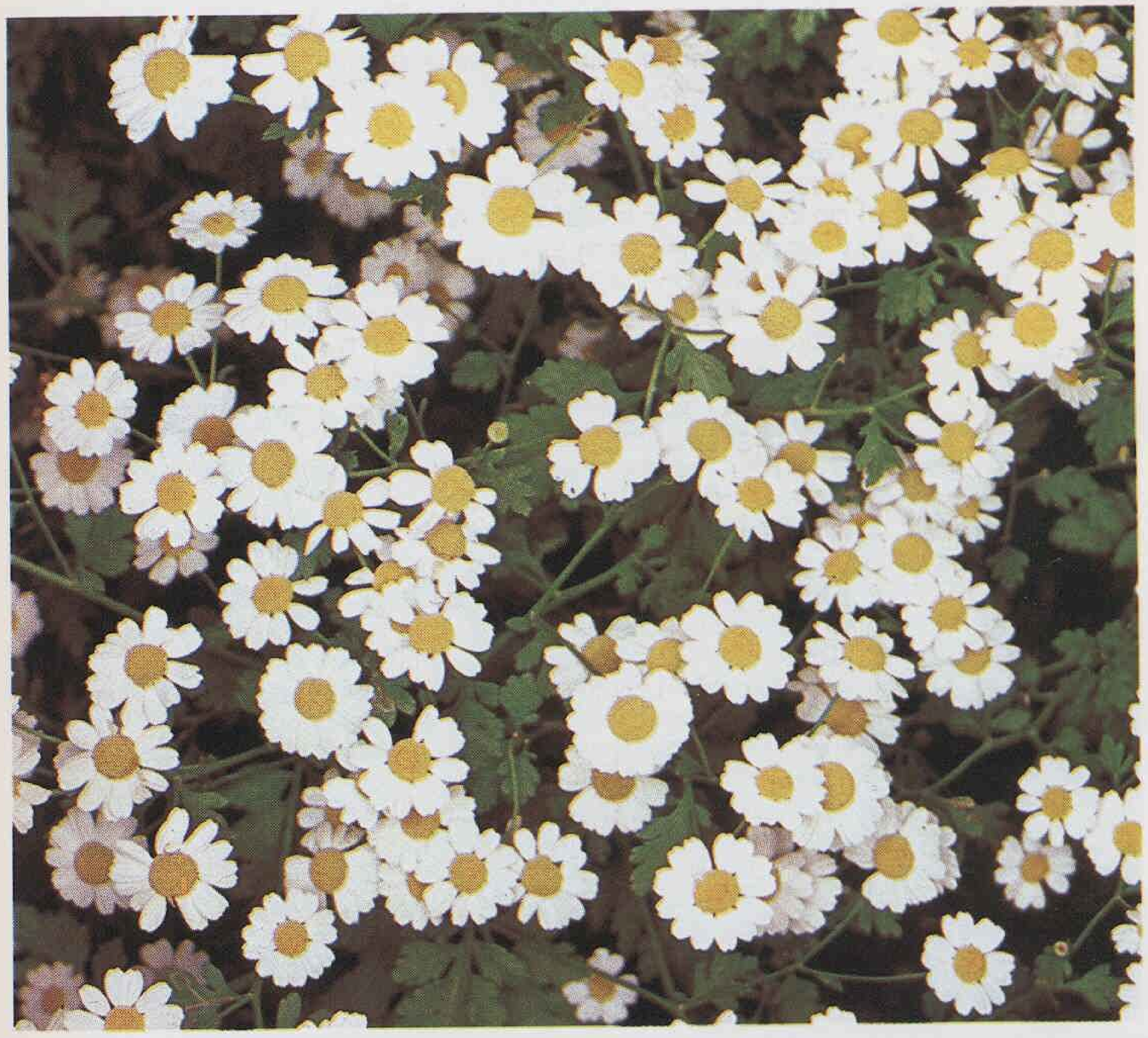
Familia Compuestas.
Descripción Planta anual o perenne que puede alcanzar los 70 cm de altura, con hojas frágiles de color verde pálido; lámina irregular y subdivisiones desiguales obtusas, ovales, anchas. Las cabezuelas son pequeñas y disponen de língulas cuadradas más cortas que el invólucro. A veces se observa la presencia de cabezuelas sólo liguladas. La floración dura aproximadamente tres meses. Crece espontánea y cultivada en los jardines y huertos. Se recolecta en junio. Brota espontáneamente en los terrenos más dispares.
Partes utilizadas Hojas y extremidades.
Compuestos químicos Esencia, fitosterina, ácido tánico, ácido antémico, sustancias amargas.
Propiedades Estomacal, antiespasmódica, calmante, emenagoga.
Modo de empleo Infusión, tintura, polvos, extracto fluido, enolito, agua destilada, esencia.
Nota La planta se utiliza a menudo como condimento a fin de proporcionar un gusto amargo aromático muy agradable. A partir de esta especie se obtiene una esencia utilizada en la fabricación de licores y en perfumería. Externamente posee una acción antiequimótica cuando se aplica como tintura.

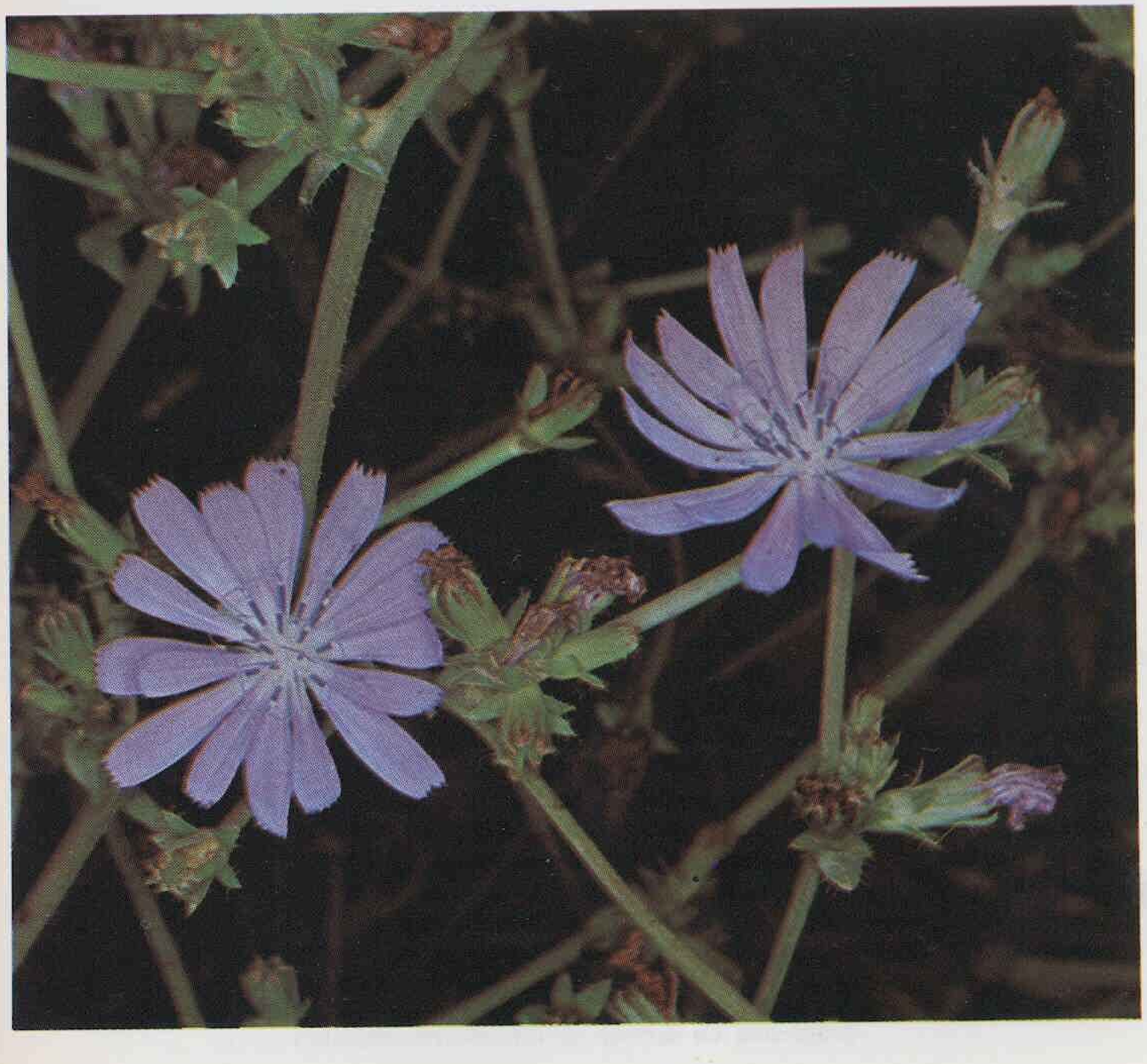
---

86 ACHICORIA

(Cat.: *xicoira;* eusk.: *ostertxuri*)
Cinchorium intybus

Familia Compuestas.
Descripción Planta perenne que mide aproximadamente un metro de altura, rizoma axonomorfo ahusado, de color pardo, con abundantes vasos lactíferos. El tallo es erecto y ramificado. Las hojas basales, dispuestas en roseta, son lobuladas y las caulinares sésiles, lanceoladas, glabras o con tomento. Las flores se reúnen en cabezuelas y presentan la corola con lígulas de un hermoso color azul celeste; se disponen en la axila de las hojas. El fruto es un aquenio ovoidal anguloso con un corto vilano. Se recolecta durante todo el verano.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Principio amargo, colina, azúcar, inulina, potasio, calcio, hierro.
Propiedades Depurativa, hipoglucemizante, colagoga, laxante.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, extracto blando, jarabe, polvos y agua destilada.
Nota Esta especie presenta una particularidad curiosa, ya que las hojas nacen en otoño y se secan en el momento de la floración. Las flores se cierran con la luz, por lo que son fotosensibles. La raíz de la achicoria tostada es todavía un óptimo sucedáneo del café. A partir de las flores se obtiene un extracto muy útil en las oftalmias purulentas. La raíz hervida es perfectamente tolerada por los diabéticos, puesto que soportan la inulina mejor que el almidón. Se utiliza también la pulpa de la raíz como antiflogístico. El agua de hervir la planta entera es útil en los casos de estreñimiento debido a una insuficiencia hepática. Las raíces presentan finalmente la propiedad de ser un óptimo laxante para los niños.





87

Cimicifuga racemosa

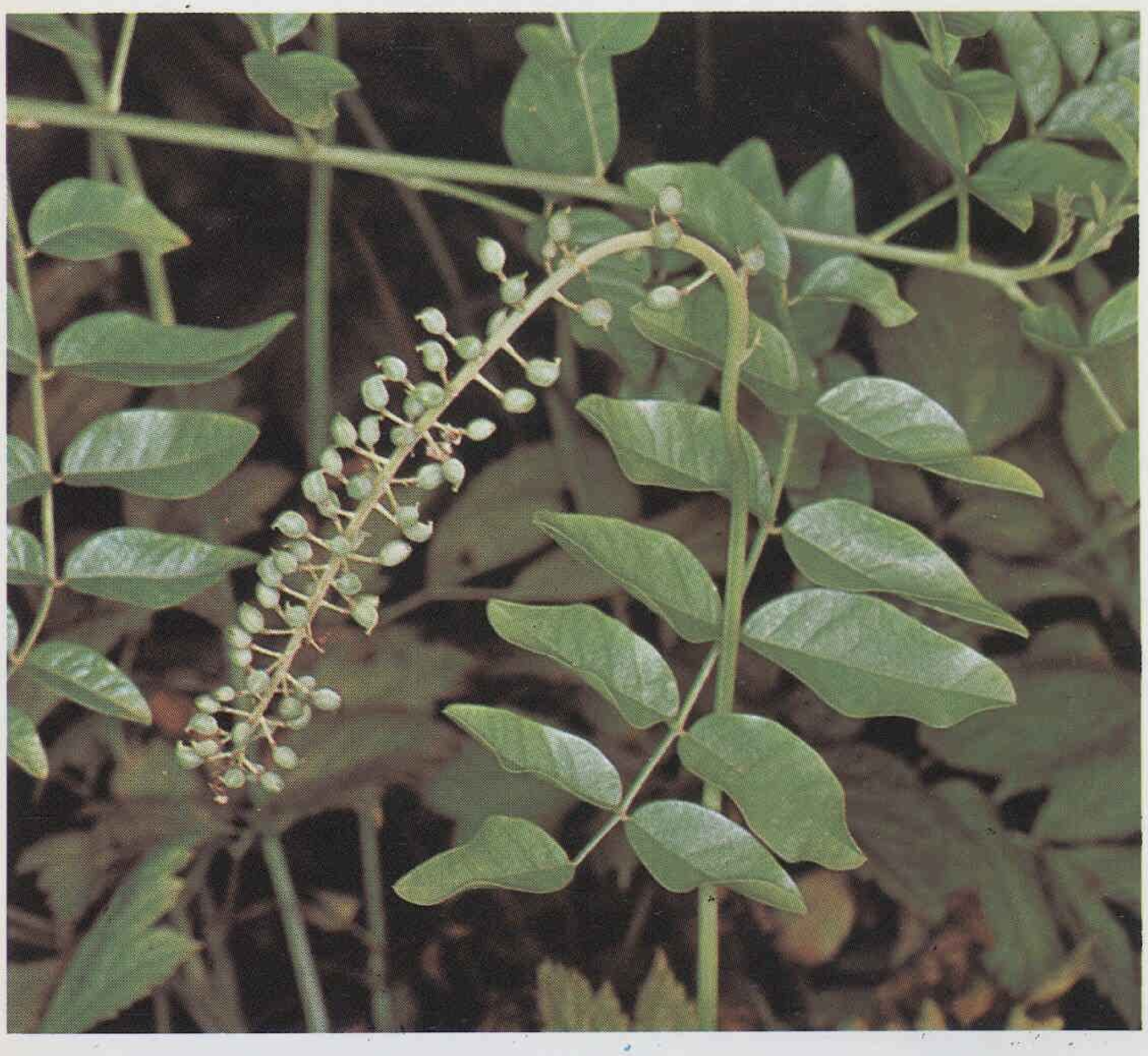
Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta herbácea perenne provista de rizoma pardo, rastrero, carnoso. Alcanza por término medio un metro y medio de altura, con el tallo frágil y anguloso. Las hojas son bi o triternadas, tanto las radicales como las caulinares, cada una de ellas con tres folíolos trilobulados terminados en punta. Las flores se reúnen en inflorescencia en racimo, de color blanco, con el cáliz tetra o pentasépalo. Los pétalos pueden faltar, y si se presentan varían en número de uno a ocho, en forma de clava, con numerosísimos estambres. El fruto es un folículo sésil y pedunculado de color claro, que contiene numerosas semillas. Se recolecta al alcanzar la madurez. Es una especie típica de América del Norte.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Ácido palmítico, oleico, salicílico; principio amargo, fitosterina, saponina, tanino.
Propiedades Cardiotónica, antiespasmódica, antineurálgica, emenagoga.
Modo de empleo Jarabe, extracto fluido.
Nota La planta toma su nombre de una presunta acción contra los parásitos, que ha demostrado ser falsa. No deben sobrepasarse las dosis recomendadas a fin de evitar graves fenómenos de intoxicación. Su acción es parecida a la del digital, por lo que puede usarse como sinérgico junto con la belladona. La droga que contiene es incompatible con las sales de hierro y los alcoholes.

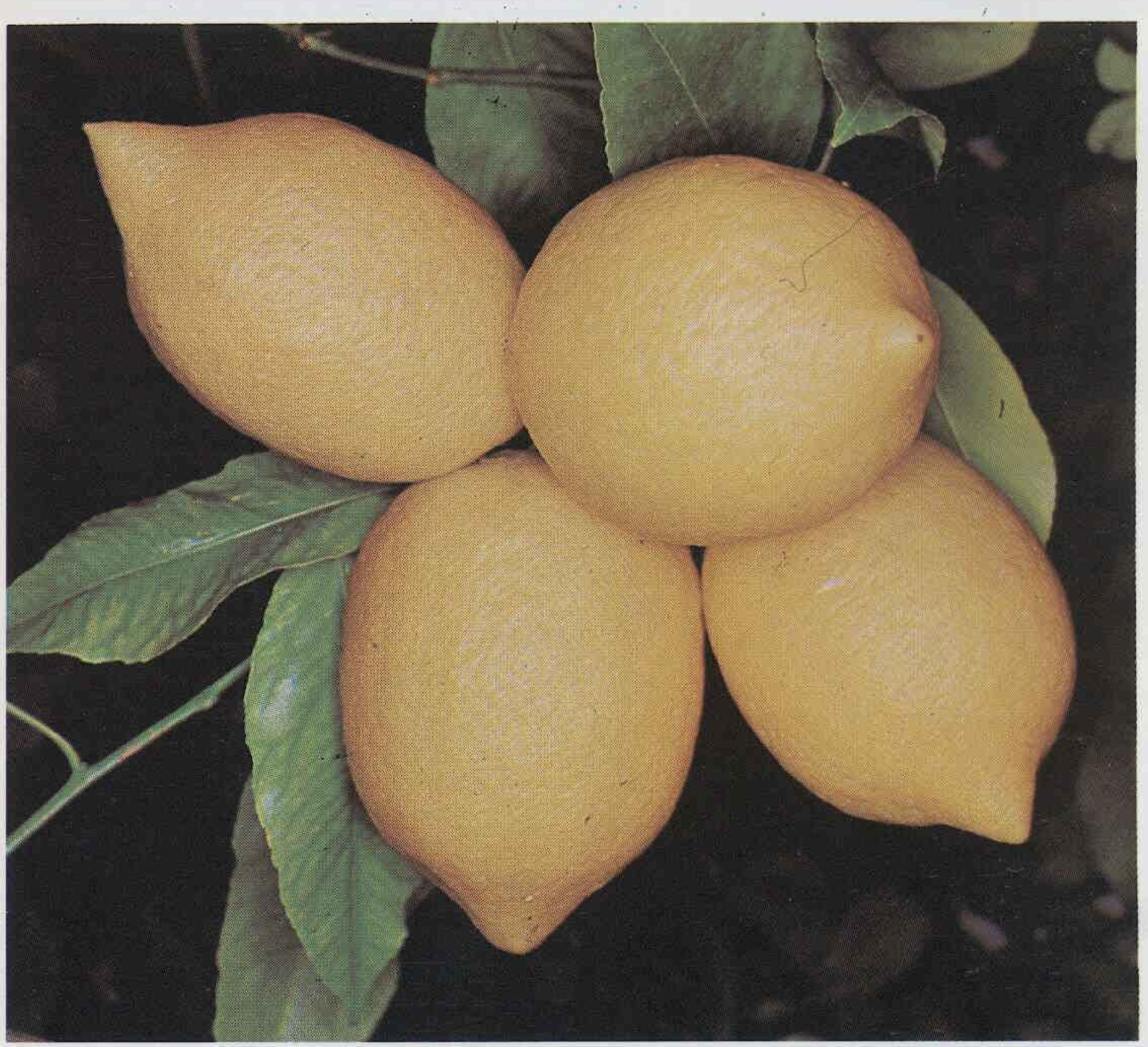
---

88 LIMONERO

(Cat.: *llimoner;* eusk.: *limoiaritz*)
Citrus limonum

Familia Rutáceas.
Descripción Arbusto de pequeño tamaño que puede alcanzar 3-5 m de altura, con tallo corto en relación a la copa, que presenta abundantes ramificaciones y hojas, que en fase juvenil muestran un color pardo violáceo. Las hojas son ovales y terminadas en punta, con pecíolo cilíndrico; el margen está ligeramente dentado, y es de color verde oscuro brillante en la cara superior y opaco en la inferior. La hoja está provista de pequeñas glándulas transparentes que contienen abundante aceite esencial. Las flores parten de la axila de las hojas o de pequeñas ramitas. Son tri o pentalobuladas, poseen el cáliz acampanado y la corola con cuatro a ocho pétalos claros o rosados. El fruto es un hesperidio esférico u oblongo con una protuberancia dispuesta en el ápice, de color amarillo, con el interior blanco que contiene de cinco a diez gajos carnosos provistos de jugo ácido, en los que se encuentran inmersas las semillas.
Partes utilizadas Corteza del fruto.
Compuestos químicos Limoneno, citral, pineno, canfeno, felandreno, citronelal, terpinol, aldehído otílico, acetato de linalilo, acetato de geranilo, citropteno.
Propiedades Antiescorbútico, vitamínico, antiuricémico, antirreumático, desinfectante, astringente.
Modo de empleo Jugo, esencia.
Nota A partir de la corteza se obtiene la esencia, que es muy empleada en perfumería. Las flores proporcionan otra esencia aún más apreciada. El zumo es bactericida por excelencia y sirve además para quitar las manchas de tinta y da brillo al bronce y objetos metálicos. La corteza se emplea en pastelería.



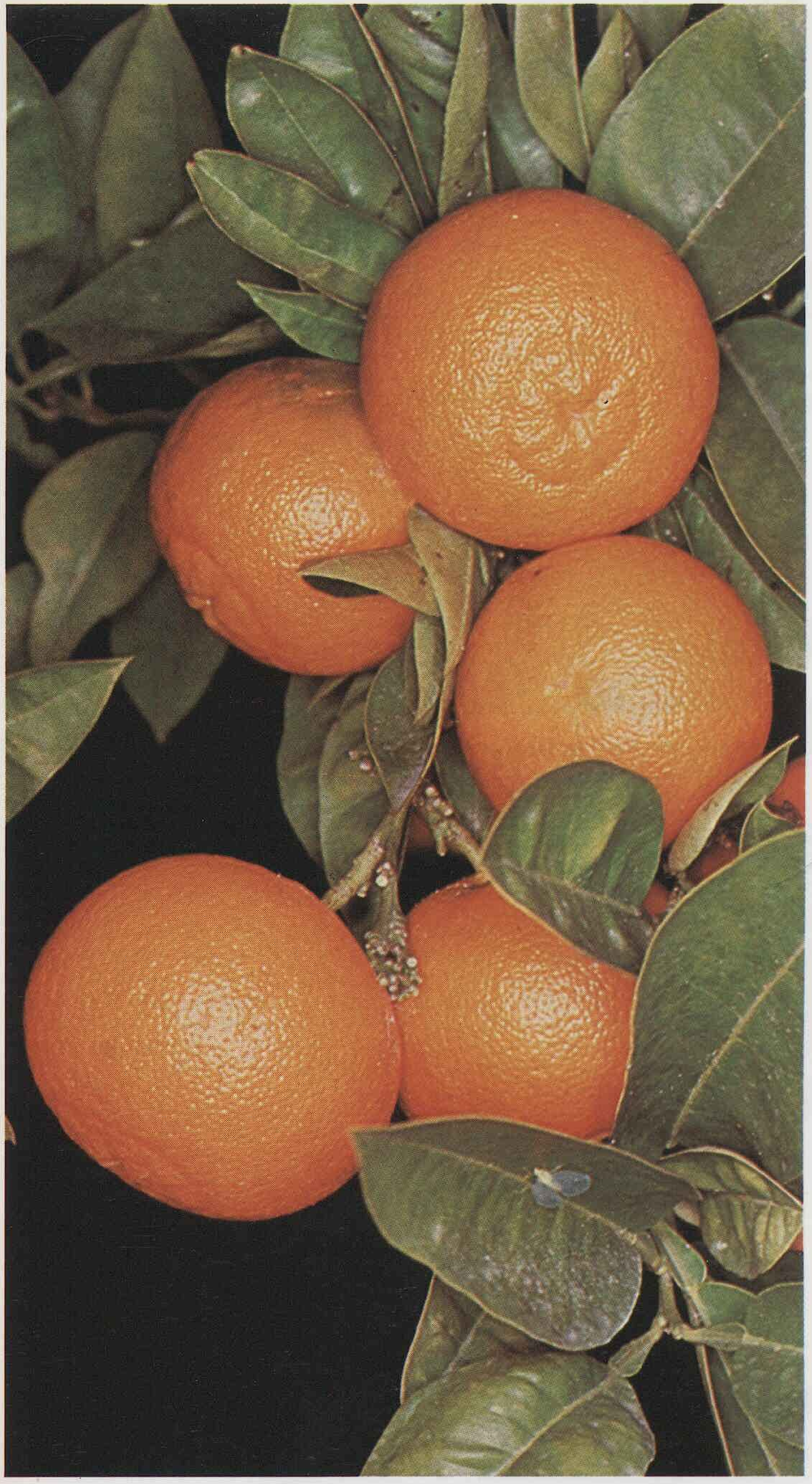


89

NARANJO AMARGO

(Cat.: *taronger agre;* eusk.: *larango*)
Citrus aurantium var. *amara*

Familia Rutáceas.
Descripción Árbol con la copa en forma de cúpula, perenne; tronco no muy alto, liso, de color tendente al verdoso. Las hojas son esparcidas o alternas, verdes, coriáceas, elipticoagudas, con el pecíolo ensanchado en ala y la estípula convertida en espina. Las flores se disponen en la extremidad de las ramificaciones; el cáliz es pentalobulado, y la corola tiene cinco pétalos blancos. El ovario es súpero; el estilo, cilíndrico; el estigma, esférico. El fruto es un hesperidio esférico con la corteza rugosa, amarilla, dividido en varios gajos jugosos que contienen las semillas blancas, ovoidales. Las hojas, las ramas y el esbozo del fruto están cubiertos de glándulas oleíferas. El árbol procede de la India y en la actualidad crece naturalizado en muchos lugares litorales de clima templado. Prácticamente desconocido en estado espontáneo, puede alcanzar más de 8 m de altura.
Partes utilizadas Hojas, flores, corteza de los frutos.
Compuestos químicos Hojas: esencia compuesta de limoneno, aorantia marina, hesperidia, neohesperidia, diversos ácidos, estaquidrina, glucosa, tanino.
Flores: limoneno, pineno, linalol, citronelol, nerol, canfeno, geraniol, resina.
Corteza de los frutos: d-limoneno, antranilato de metilo, citral, citronelal, hesperidina, enzima, vitaminas, pectina.
Propiedades Hojas: digestivas, antiespasmódicas.
Flores: calmantes, sedantes, antiespasmódicas.
Corteza de los frutos: elemento amargo, digestivas, estomacales.
Modo de empleo Hojas: infusión, aceite esencial.
Flores: infusión, jarabe, aceite esencial.
Corteza de los frutos: infusión, tintura, aceite esencial, polvos, enolito.
Nota El naranjo amargo es muy utilizado en la fabricación de licores, para la preparación de agradables alcoholes provistos de un sabor dulce amargo, o bien para preparar licores del tipo del *curaçao*. Además, la planta se aprovecha para la extracción de esencias, que tienen distinta tonalidad según la parte destilada. Estas esencias son muy apreciadas en perfumería por su particular fragancia. El aceite esencial de las flores se denomina «esencia de neroles», y es muy buscado y cotizado. Se obtuvo por primera vez hacia 1680 mediante destilación; actualmente se extrae con solventes volátiles. A menudo se falsifica, y su proporción es bajísima.
La esencia de *petitgrain* se obtiene por destilación en corriente de vapor de las hojas y ramificaciones. Se encuentra en la concentración de 1 a 400. También este aceite es frecuentemente adulterado con productos de síntesis o bien con terpenos del limón. Como subproductos se obtienen el agua destilada de las flores y el agua destilada de *petitgrain,* utilizadas ambas en perfumería y en medicina como correctoras y como antihistéricas.
Todas las esencias citadas participan en la composición de la denominada «agua de colonia». Últimamente ha adquirido mucha importancia el aceite obtenido de las semillas del hesperidio, que contiene gran cantidad de ácido linoleico, que presenta acción anticolesterolénica.

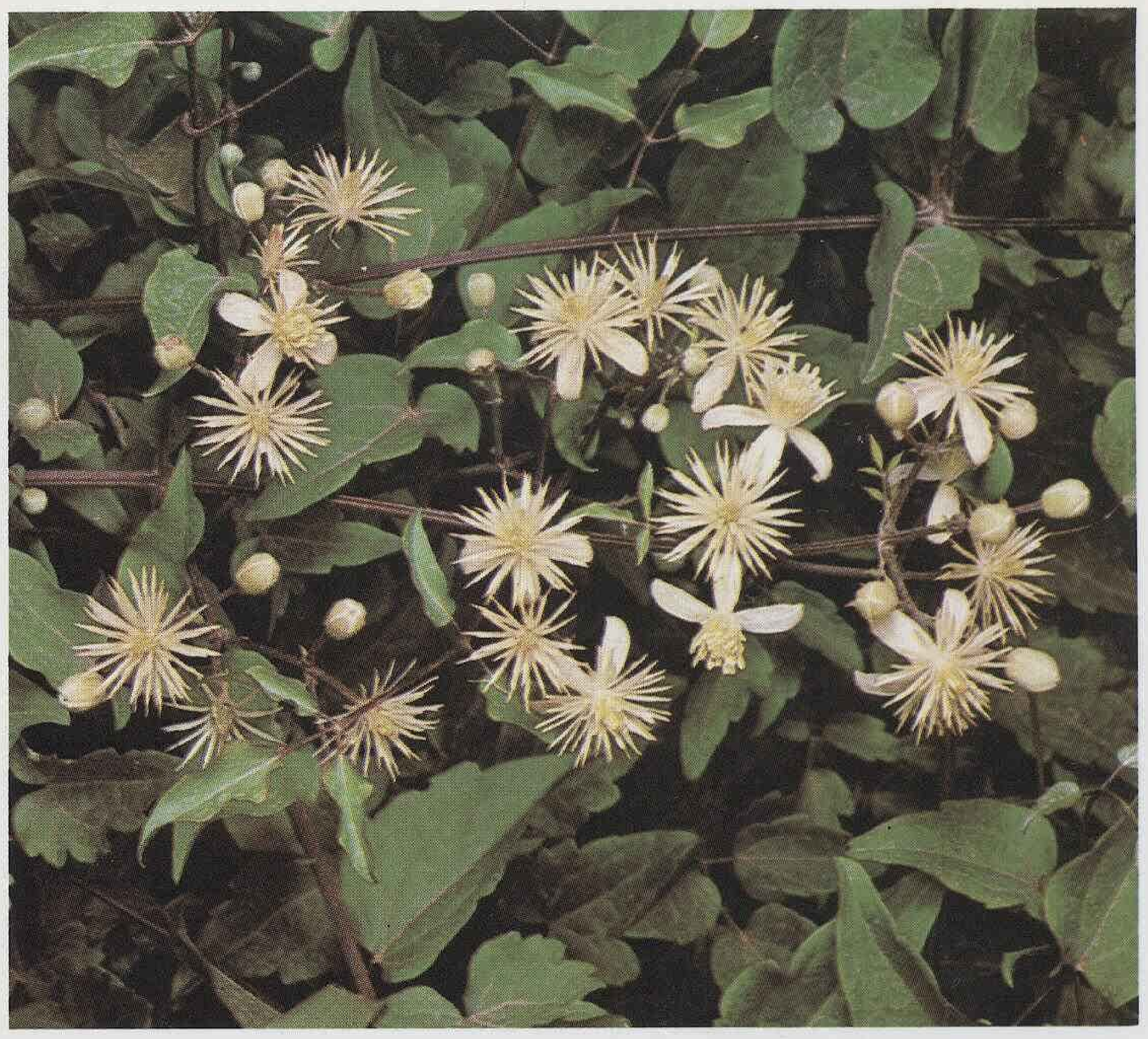


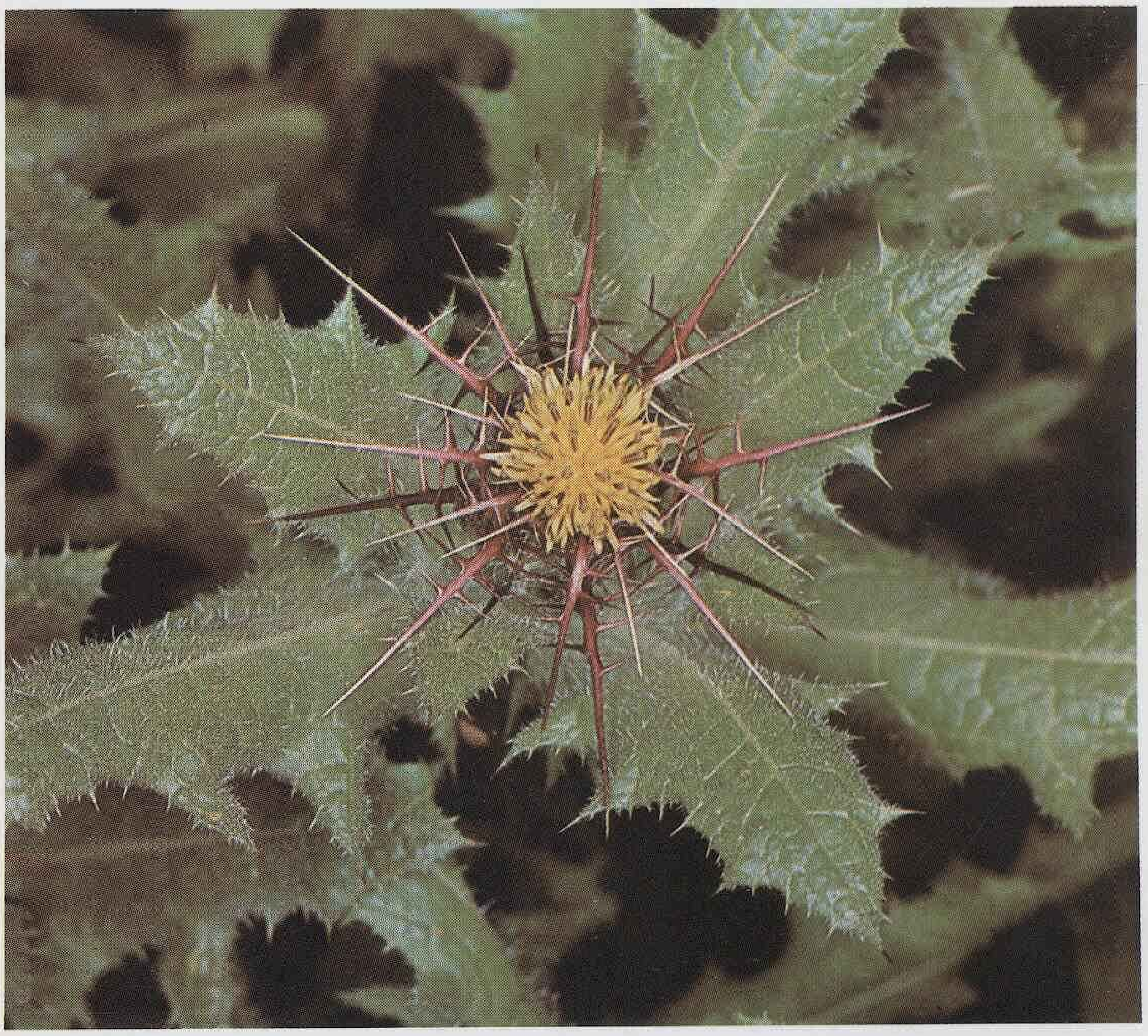
90 CLEMÁTIDE
(Cat.: *vidalba;* eusk.: *ayen*)
Clematis vitalba

Familia Ranunculáceas.
Descripción Bejuco vivaz provisto de tallo en forma de sarmiento, acanalado y largo. Las hojas son opuestas, pinnatosectas, con folíolos ovales dentados, glabros y pecíolo voluble. Las flores se reúnen en cimas, son tetrasépalas, blancas y oblongoobtusas. La infrutescencia está formada por aquenios plumosos. Es muy común en los bosques de llanura, junto a los caminos, sobre escarpes rocosos. Los tallos pueden alcanzar 15 m de longitud. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Clementina, clemetitol, caulosaponina, fitosterol, ácidos, alcoholes, resina, estigmasterina.
Propiedades Analgésico, rubefaciente.
Modo de empleo Infusión, liparolito, oleolito, extracto fluido, cataplasma.
Nota Por vía interna, la planta es venenosa, por lo que debe prohibirse su uso. Externamente provoca llagas y ampollas, por lo que se dice que los mendigos la empleaban para provocar compasión. En forma de pomada es revulsiva y antálgica en numerosas enfermedades. Los brotes tiernos pueden comerse junto con los de lúpulo, pero además de ser amargos no carecen de peligrosidad. El zumo introducido en las fosas nasales produce alivio en las hemicráneas, pero puede destruir la mucosa.

91 CARDO
(Cat.: *card*)
Cnicus

Familia Compuestas.
Descripción Hierba anual, provista de raíz axonomorfa, blanca, cilíndrica, a lo sumo alcanza 60 cm de altura, con el tallo erecto, anguloso, pubescente, de color rojizo, ramificado hacia el ápice. Las hojas son alternas, coriáceas, pinnatífidas, con lóbulo espinoso. Las hojas del tallo son sésiles y en algunos casos, amplexicaules. Las flores, amarillas y tubulosas, se agrupan en cabezuelas solitarias, tomentosas y pegajosas. Los aquenios son frutos cilíndricos provistos de vilano. Crece sobre suelos áridos, preferentemente en las zonas de clima mediterráneo. Se recolecta en junio y julio.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Heterósido amargo, aceite volátil, tanino, sales de potasio, resina, mucílagos.
Propiedades Amarga, colagoga, estomacal, diurética.
Modo de empleo Infusión, tintura, agua destilada, extracto fluido y blando, enolito.
Nota El uso de la planta en dosis excesivas provoca vómitos. Se emplea en la preparación de licores de sabor amargo. Está contraindicada en los casos de hiperacidez y es, en cambio, un excelente antitérmico. En homeopatía, la tintura preparada a partir de la planta fresca se emplea en el tratamiento de la hepatitis, de la ictericia y contra la artritis. Antiguamente se empleó para sanar los sabañones. Hoy en día se utiliza externamente en los casos de herpes zóster, mientras que la mezcla de cardo santo y de centáurea menor ha sido defendida por Kuntzle como coadyuvante en las formas epilépticas.





92 CÓLQUICO

(Cat.: *còlquic;* eusk.: *azpedar*)
Colchicum autumnale

Familia Liliáceas.

Descripción Pequeña planta herbácea vivaz, que vive en colonias, provista de bulbo oval, profundo, revestido de escamas de color pardusco. Las hojas, en número de dos o tres, parten del bulbo; la base foliar está imbricada y la hoja es lanceolada, terminada en punta y carnosa. Las flores son solitarias, disponen de seis tépalos, soldados en un largo tubo que también conecta con el bulbo. En el centro hay seis estambres unidos al ovario. Los estilos son libres desde la base al ápice. El fruto presenta la curiosidad de que emerge del suelo en primavera conjuntamente con las hojas; se trata de una cápsula ovoidal que contiene semillas globosas. En general, crece espontáneo en los prados húmedos de los valles de montaña. Se recolecta al llegar a la madurez.

Partes utilizadas Semillas y bulbos.

Compuestos químicos Colquicina, colquicósido, grasa, tanino, aceite, ácido gálico.

Propiedades Analgésica, antipirética, eficaz contra la gota, hemética.

Modo de empleo Extracto fluido, tintura, píldoras.

Nota La colquicina es muy tóxica, por lo que el uso del cólquico resulta peligroso y debe realizarse bajo vigilancia médica. Se sabe que desarrolla una acción bloqueante de la división celular, aunque no ha sido muy investigado. Está contraindicado para el uso conjunto con el tanino y el bórax. Externamente, empleado como pomada, posee acción antipruriginosa, antineurálgica y analgésica. La colquicina dilata los capilares sanguíneos, y a dosis mayores desarrolla una acción paralizante del sistema nervioso central.

93 CICUTA

(Cat.: *cicuta;* eusk.: *otzerri-belar*)
Conium maculatum

Familia Umbelíferas.

Descripción Planta herbácea bianual con raíz fusiforme blanca y gruesa. Tallo cilíndrico, ramificado, fistuloso, de color verde claro, con punteaduras rojizas. Las hojas basales presentan un pecíolo fistuloso y son envainantes, con la cara superior de color verde y la inferior verde claro, pinnatífidas, mucronadas, dentadas. Las hojas caulinares, en cambio, muestran un pecíolo reducido únicamente a la vaina. Las flores, numerosas y blancas, se reúnen en umbelas provistas de 10 a 20 radios. El fruto es un diaquenio de forma ovoidal. Las semillas están recorridas por un surco. La planta posee un olor fétido. Es común sobre suelos incultos, entre los escombros, en lugares frescos desde el nivel del mar a la montaña. Se recolecta en verano.

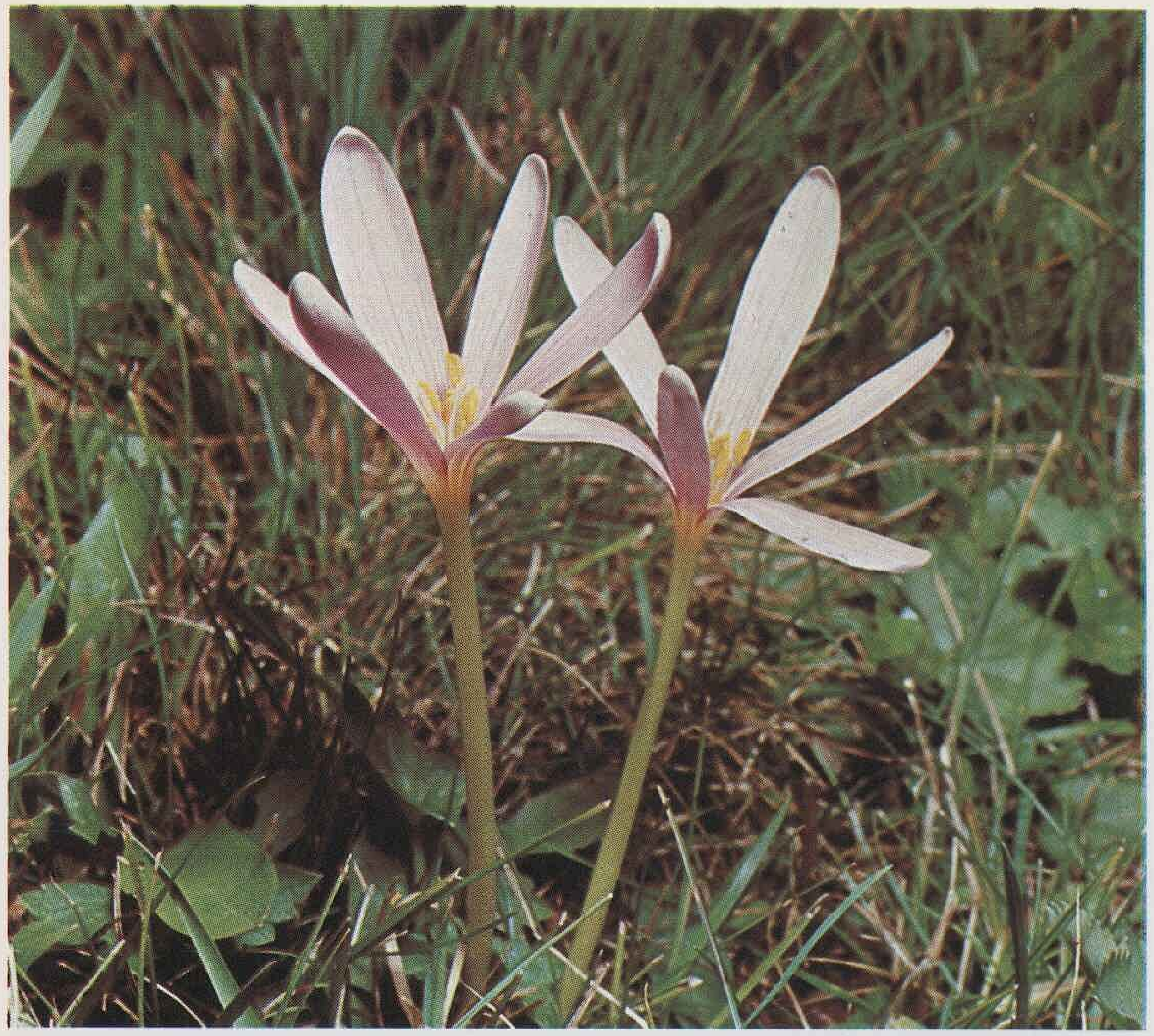
Partes utilizadas Las hojas.

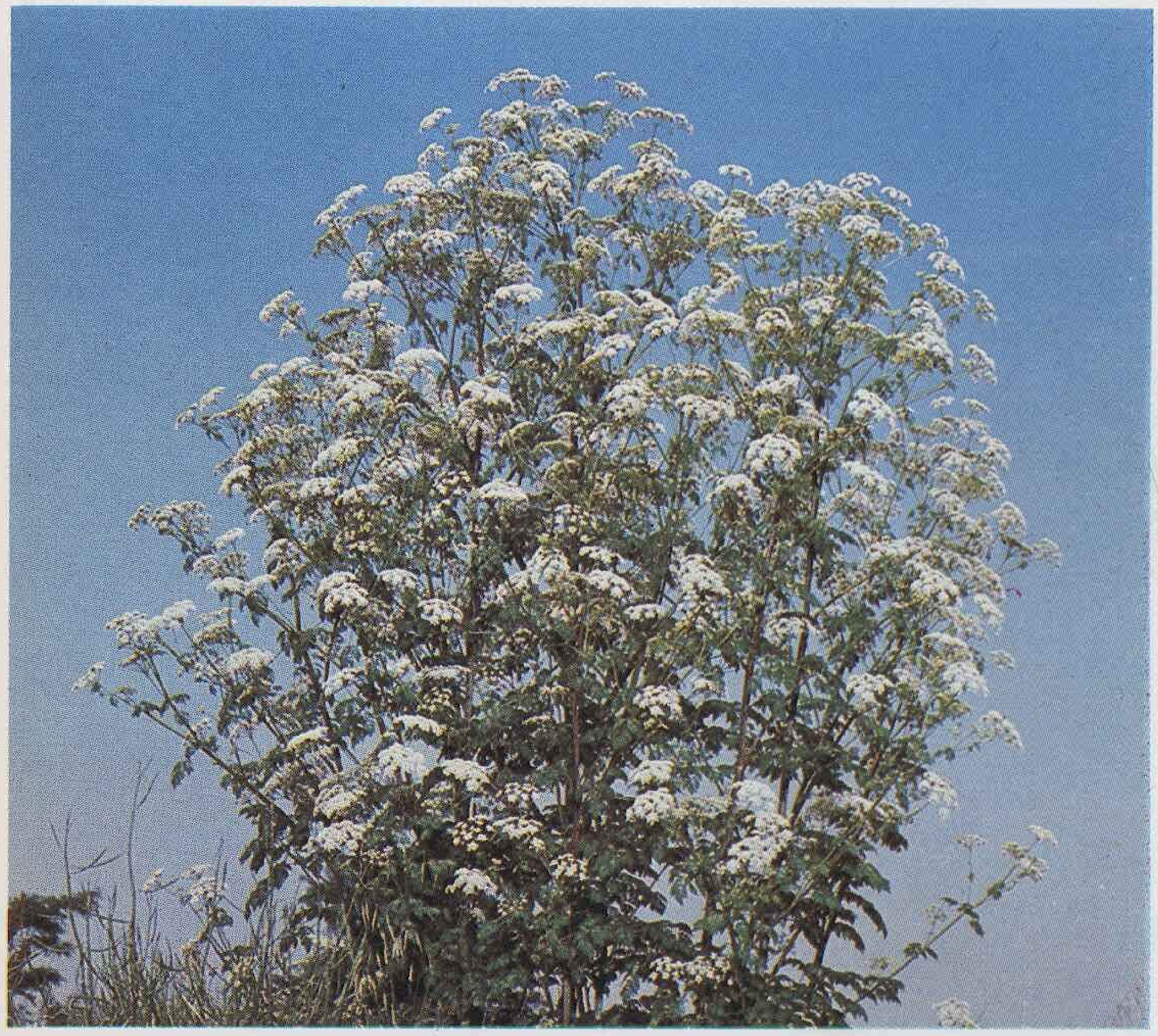
Compuestos químicos Alcaloides, cicutina, metilcicutina, conhidrina, pseudoconhidrina, goma, pectina, resina, carotenos, ácidos cafeico y acético, sales.

Propiedades Analgélsica, antineurálgica, antispasmódica, galactófuga.

Modo de empleo Polvos, tintura, jarabe, oleolito, extracto fluido, liparolito.

Nota Se trata de una especie venenosa que desarrolla una acción paralizante sobre las uniones neuromusculares; una vez seca es menos tóxica, aunque siempre conserva su peligrosidad. En estado juvenil puede confundirse con el perejil, pero basta aplastar una hoja para distinguirla a causa de su olor nauseabundo.





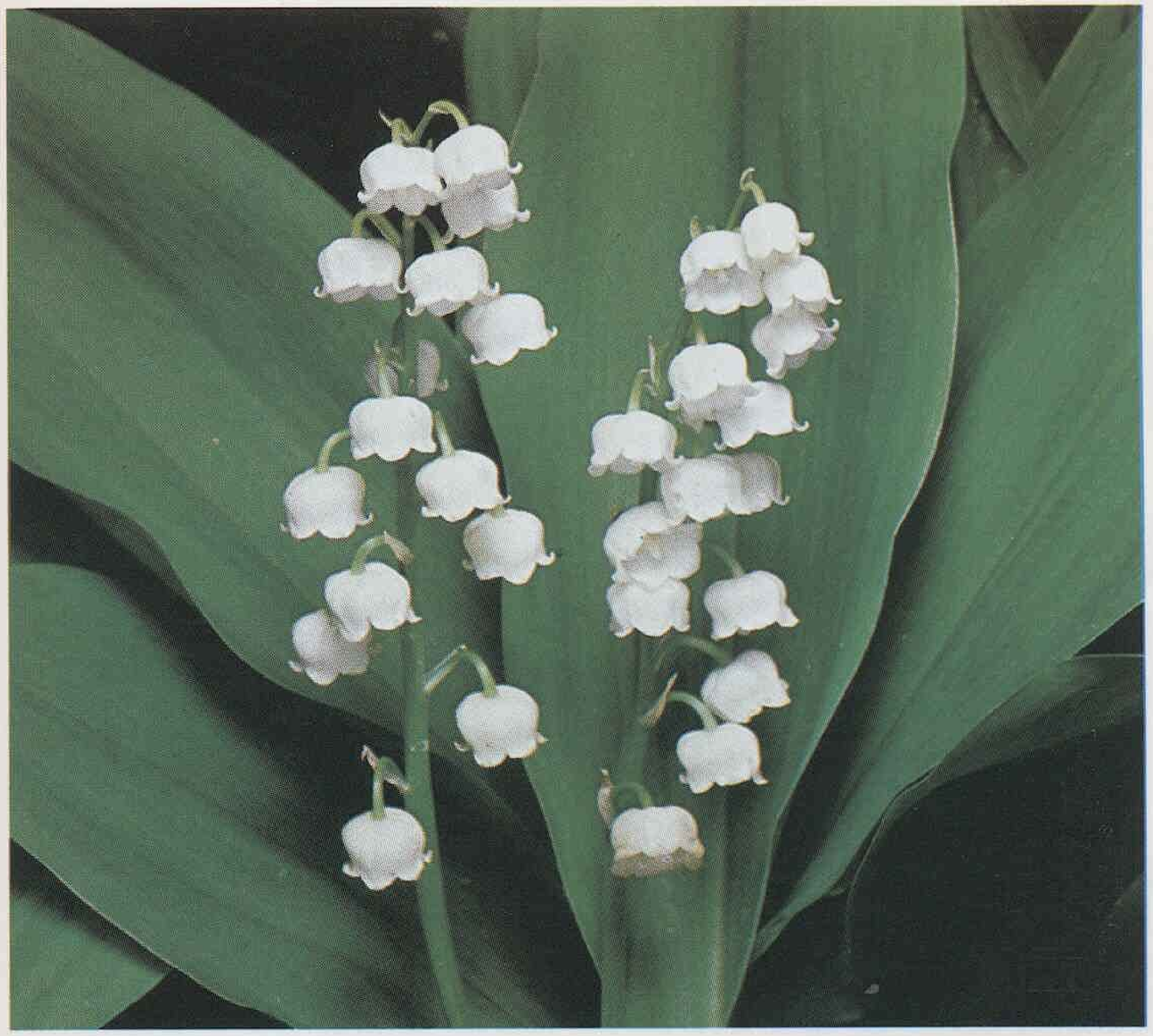
94 CONVALARIA
(Cat.: *conval·lària;* eusk.: *mugetatze*)
Convallaria majalis

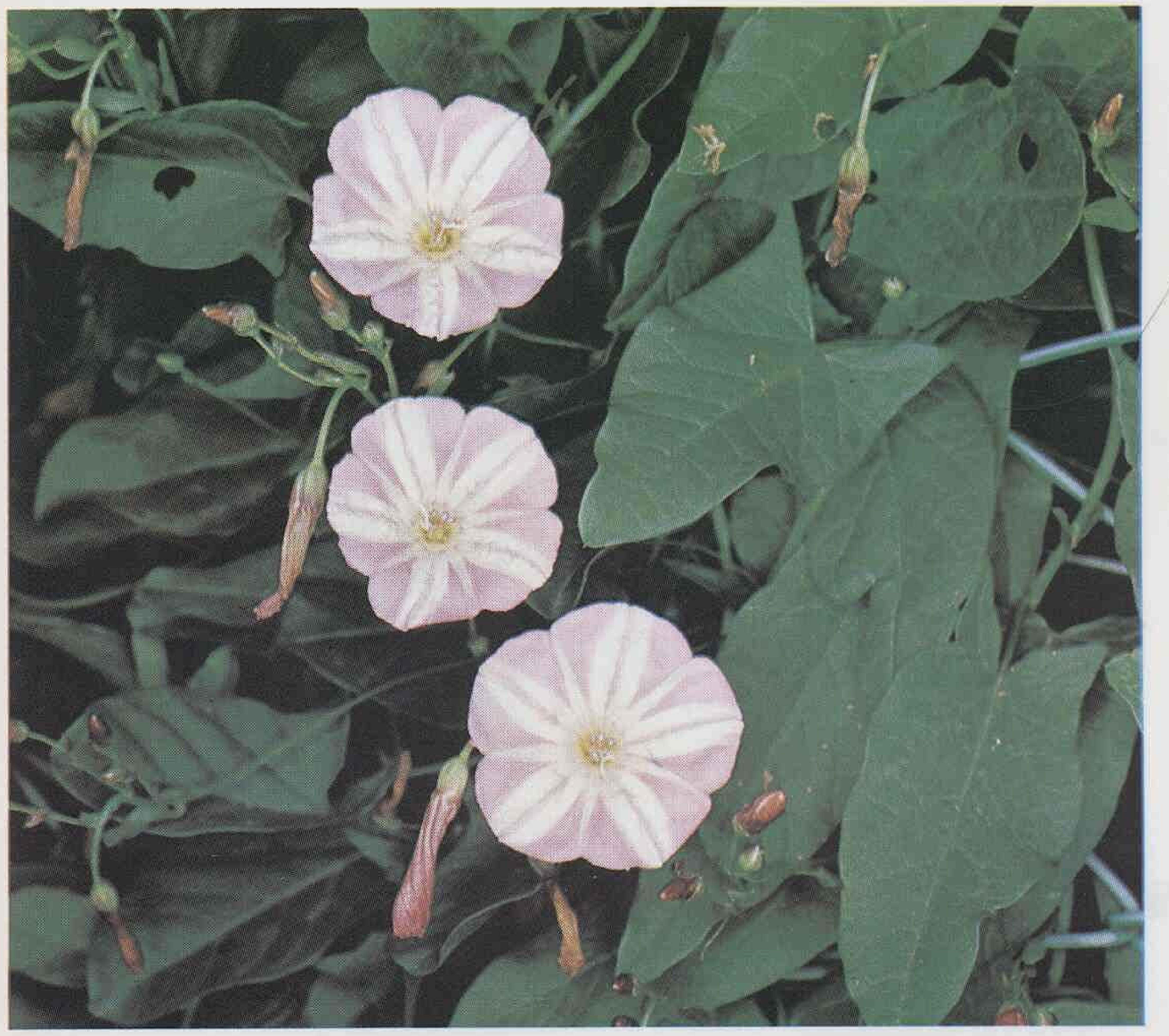
Familia Liliáceas.
Descripción De *convallium,* de los valles, y *maialis,* de mayo. Planta perenne herbácea provista de rizoma rastrero del que arranca la parte aérea. Cada plántula dispone de dos hojas, provistas de un largo pecíolo, ovaladas, con la extremidad terminada en punta y base foliar estrechada sobre el pecíolo. La lámina es verde, lisa, con el margen arrugado y ondulado en su parte interna. La inflorescencia es un racimo, con flores blancas perfumadas, alineadas por un solo lado, colgantes, sostenidas por un breve pedúnculo. Las flores carecen de sépalos; el perigonio es acampanado y con seis dientes. El fruto es una baya esférica de color rojo con algunas pequeñas semillas. Crece espontánea en las zonas submontáneas frescas y umbrías. Se cultiva comúnmente dado que sus flores son muy decorativas y perfumadas. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas Flores y hojas.
Compuestos químicos Convalatoxina, convalamarina, convalarina, mialina, ácido quelidónico, azúcar.
Propiedades Sedante, cardiotónica, diurética.
Modo de empleo Polvos, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota La planta es muy tóxica para uso interno y, a pesar de poderse utilizar en sustitución del digital, apenas se emplea. El rizoma en polvo se emplea como estornutatorio en los resfriados de cabeza. La esencia, muy buscada, se obtiene mediante infloración.

---

95 CORREHUELA
(Cat.: *corriola;* eusk.: *txurrusta-belar*)
Convolvulus arvensis

Familia Convolvuláceas.
Descripción Planta herbácea de raíz rastrera, tallo erecto, voluble, delgado. Las hojas pecioladas son astadas o asaetadas, acuminadas o bien obtusomucronadas e incluso acorazonadas enteras. Las flores son grandes, acampanadas, blancas o rosadas, dispuestas sobre un pedúnculo con dos brácteas que rodean al cáliz, pentapartido con la corola gamopétala. El fruto es una cápsula que encierra semillas negras y grandes. Se cría comúnmente en los setos, en tierras de labor, taludes, etc., tanto en el llano como en las zonas montañosas. Se recolecta desde primavera a verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Resina, glucósidos, tanino.
Propiedades Purgante, colagoga.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura.
Nota La acción purgante debida a la resina es parecida a la de la jalapa, aunque menos drástica. Los polvos mezclados con miel constituyen un purgante ligero y agradable para los niños. Las flores se abren por la mañana y se cierran por la noche.





96 CORNEJO MACHO

Cornus mas

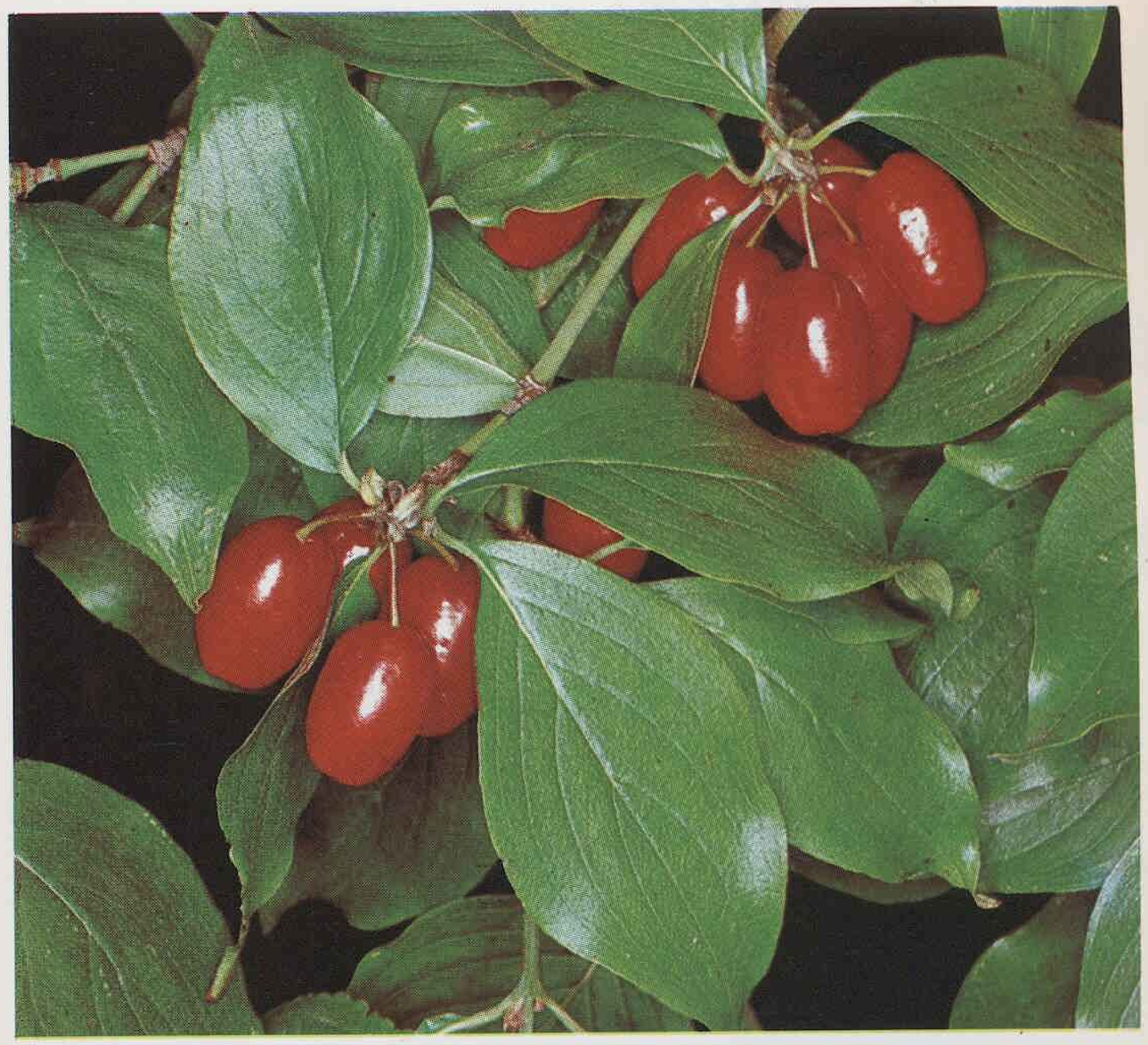
Familia Cornáceas.
Descripción De *cornus,* cuerno, por la dureza de su madera. Arbusto que mide hasta 5 m de altura, de corteza verdosa, ramificado, con hojas elípticas, opuestas, simples, acuminadas, brillantes, ligeramente pubescentes. Las flores aparecen antes que las hojas y se agrupan en umbelas terminales. Poseen cáliz tridentado y corola tetrapétala de color amarillo. El fruto es una drupa carnosa de forma ovoidal, con hueso muy duro, de color verde claro y que se hace rojo con la maduración. Crece espontáneamente en los bosques de toda Europa, con preferencia sobre suelos calcáreos. Se recolecta desde la primavera al verano.
Partes utilizadas La corteza y los frutos.
Compuestos químicos Cornina, tanino, malato de calcio, ácido tánico, glucósido, ácido málico, mucílagos, sustancia colorante.
Propiedades Febrífugo, astringente, nutritivo.
Modo de empleo Decocción, zumo, jarabe, conserva.
Nota Las drupas se conservan en salmuera y se comen a modo de aceitunas. Sirven para preparar gelatinas en confitería. La madera, apreciada en tornería, es más pesada que el agua. A partir de las drupas se preparaba aguaviva y malato de sodio, utilizado como sal de cocina. Las semillas proporcionan asimismo aceite comestible, aunque en escasa cantidad. De la corteza se obtenía una sustancia colorante para la lana. Las hojas han tenido cierto empleo en la industria de curtidos, dado su elevado contenido en taninos.

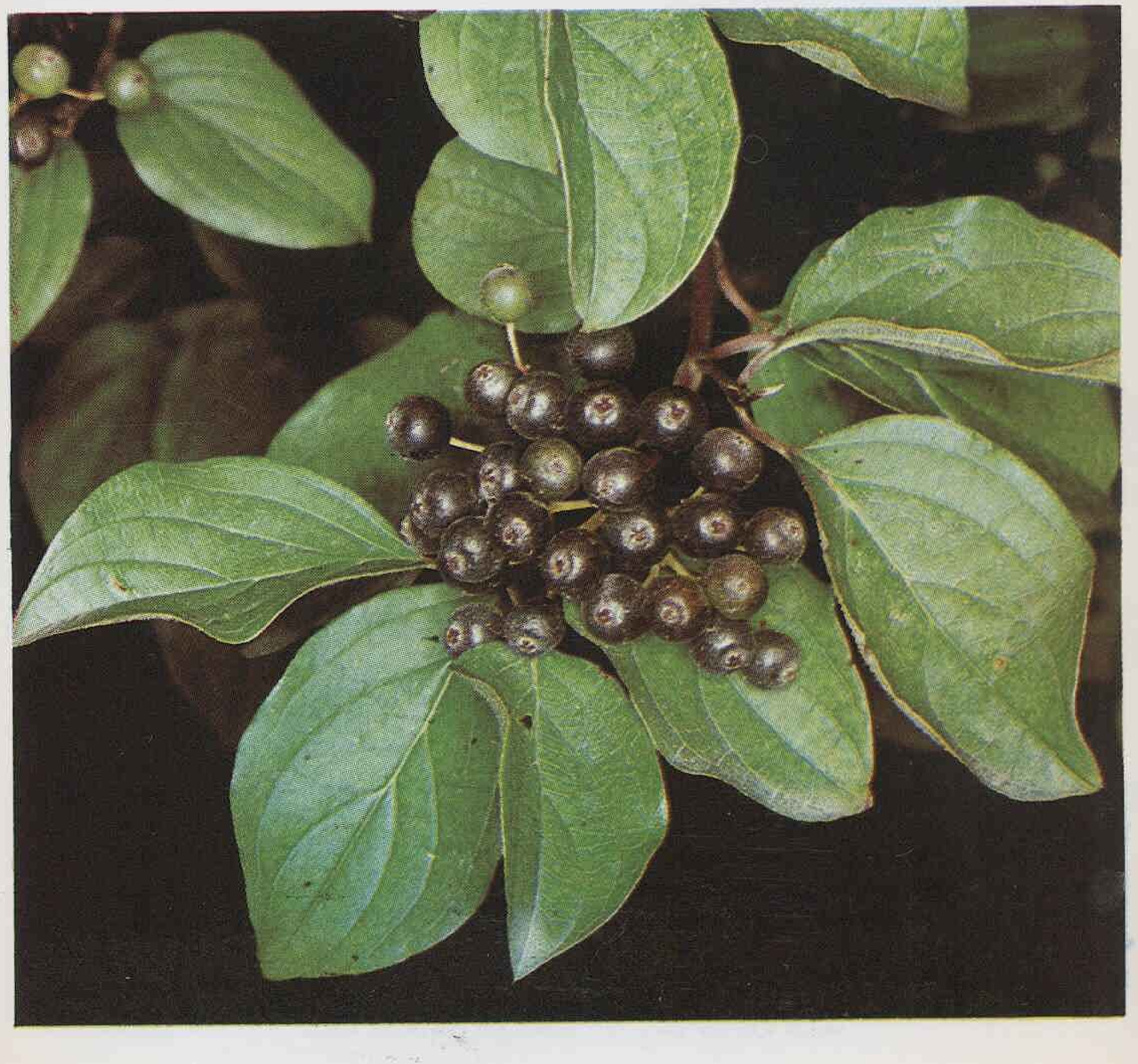
---

97 CORNEJO

(Cat.: *sanguinyol;* eusk.: *judas-egurr*)
Cornus sanguinea

Familia Cornáceas.
Descripción De *sanguinea,* sanguíneo, por alusión al color de las ramificaciones. Arbusto muy común, de 2 a 3 m de altura. Las ramas basales son de color pardo y tienden, hacia arriba, a adquirir un tono paulatinamente rojo, nudoso. Las hojas son opuestas, ovales, acuminadas, con pecíolo acanalado, ligeramente pubescente. Las flores se reúnen en corimbos terminales: son de color blanco con el cáliz tetradentado y la corola tetrapétala. El fruto es una drupa primero verde, y después negra al llegar a la madurez, que contiene líquido y semillas coriáceas. Crece por toda Europa, aunque también se cultiva para la formación de setos. Prefiere los suelos calcáreos. El fruto se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Tanino, cornina, pectina.
Propiedades Astringente, antipirética.
Modo de empleo Decocción, polvos, enolito.
Nota Las semillas del cornejo contienen una elevada proporción de aceite no comestible. A partir de esta planta se obtenía antaño un particular tipo de colorante verde, hoy producido sintéticamente. Las hojas se utilizan en algunos lugares como astringentes, aunque casi siempre por vía externa. Debido a que la ingestión de los frutos ha causado fenómenos eméticos, conviene evitar su uso interno. Los brotes tiernos, muy flexibles, se emplean para la fabricación de cestos.



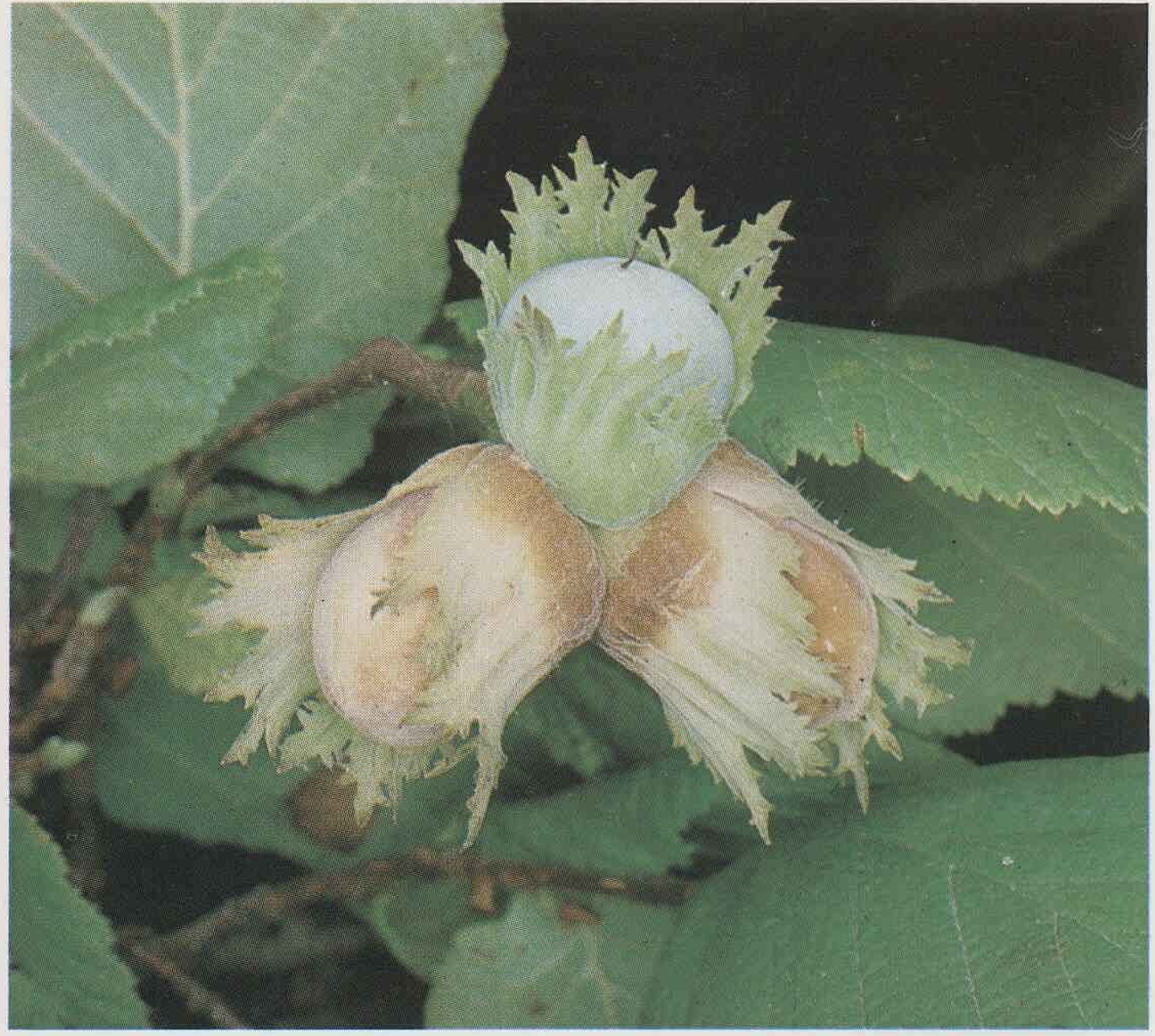


98

AVELLANO

(Cat.: *avellaner;* eusk.: *urr*)
Corylus avellana

Familia Betuláceas.
Descripción Árbol o arbusto muy común, que puede alcanzar y superar los 4 m de altura. Las ramas, flexibles, son tomentosas y con pelos glandulares. Las hojas, pecioladas, tienen forma acorazonada o subcircular, aserradas, agudas. Presentan flores masculinas y flores femeninas; las primeras son amarillas y colgantes, y las segundas, de color verde claro dispuestas en cabezuelas. El aquenio presenta un pericarpio lignificado y está cubierto por una cúpula verde, festoneada en la parte superior. Esta especie es muy común como árbol de cultivo en algunas zonas, y como espontánea es mucho menos frecuente. Presente en las zonas de colina, también crece en el llano. Se recolecta, según las regiones, de la primavera al otoño.
Partes utilizadas Corteza, amentos, hojas, frutos.
Compuestos químicos Taninos y resinas, flavonoides, proteínas, grasas, almidón, sales, vitaminas.
Propiedades Antipirética, odontálgica, astringente, antidiarreica, diaforética, remineralizante, nutritiva.
Modo de empleo Decocción, infusión, tintura, polvos.
Nota La planta ha sido objeto de intenso cultivo para el aprovechamiento de los frutos, de los que se obtiene además un aceite comestible. La abundancia de taninos en la corteza y en las hojas ha hecho que esta especie se emplee en curtidos. Puede sustituir ventajosamente a las hojas de hamamélide. La harina de los frutos se emplea en mascarillas detergentes en cosmética. La madera del avellano es apreciada para los trabajos de tornería. El polen de la flor provoca numerosas alergias, y la especie lo produce en cantidades considerables. El aceite de avellana posee una acción específica sobre la inflamación del intestino grueso.

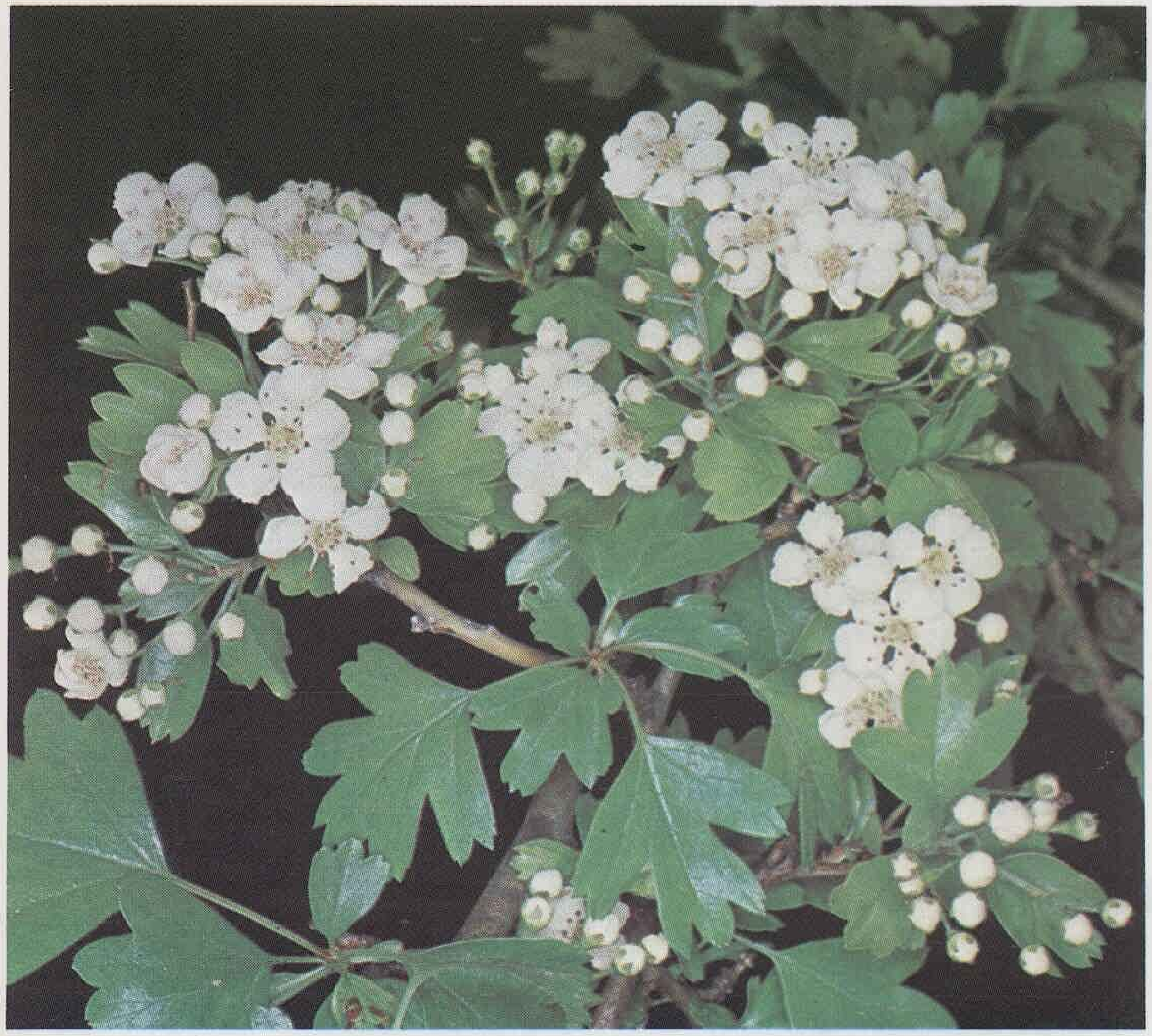


99

ESPINO ALBAR

(Cat.: *espí blanc*)
Crataegus oxyacantha

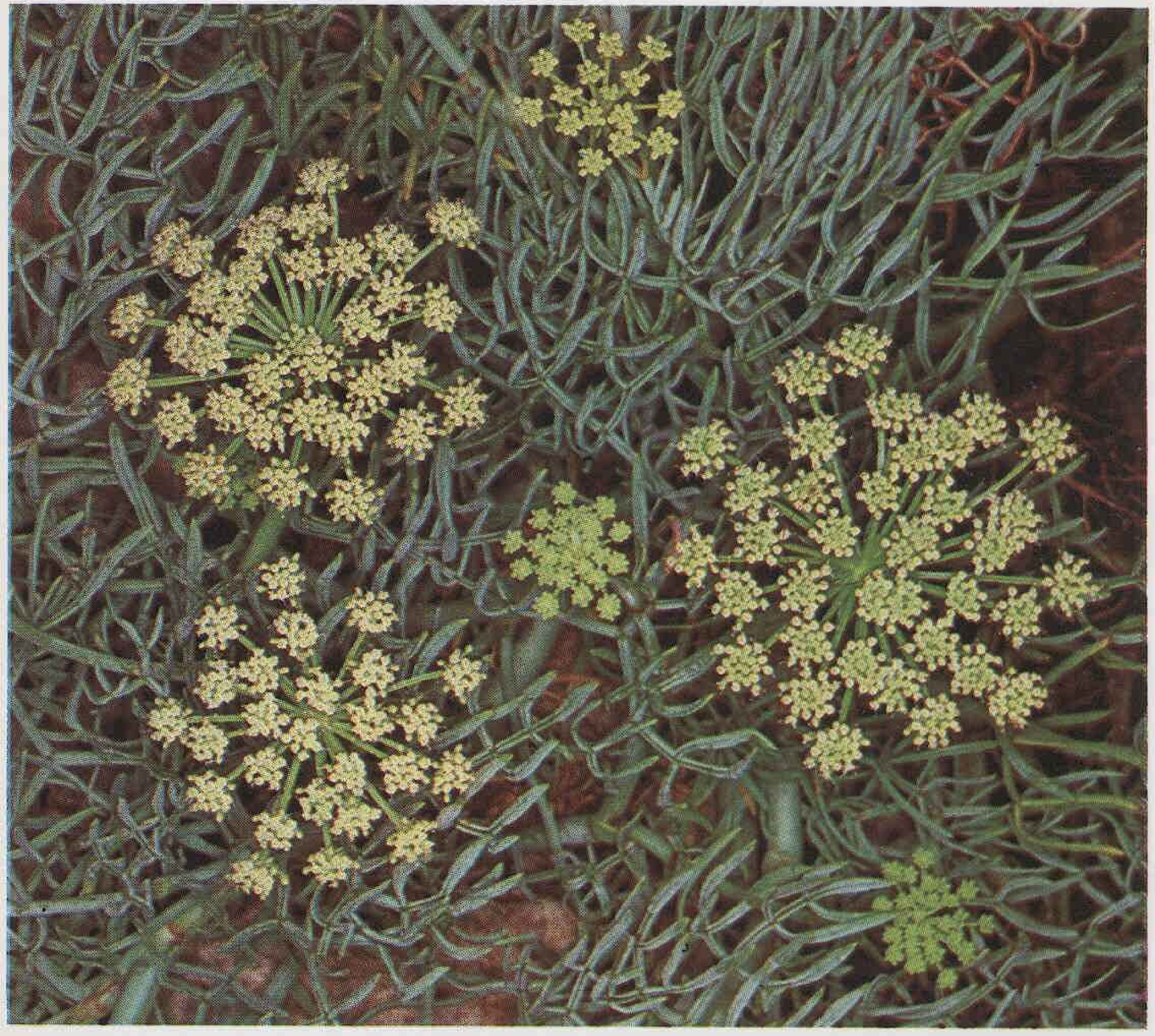
Familia Rosáceas.
Descripción De *oxys,* punzante, y *acantha,* espina. Arbusto que puede alcanzar los 10 m de altura, muy ramificado y espinoso. Las hojas son pentalobuladas con el borde entero, estrechadas en forma de cuña. Las flores se agrupan en corimbos dispuestos en la extremidad de pequeñas ramificaciones, blancas, con anteras rojas. Los falsos frutos son ovalados, de color rojo oscuro, y contienen en la pulpa una avellana que es el verdadero fruto. Crece en toda Europa. Se recolecta, según las zonas, en primavera, verano o invierno.
Partes utilizadas Flores, hojas y corteza.
Compuestos químicos Quercetina y quercitrina, aminas, tanino, aceite etéreo, histamina, vitamina C, un glucósido.
Propiedades Hipotensivo, cardiorregulador, cardiotónico, antiarterioesclerótico, antipirético, calmante nervioso.
Modo de empleo Infusión, decocción, tintura, extracto fluido, extracto seco, extracto blando acuoso, jarabe, agua destilada.
Nota Las flores se recolectan en capullo antes de la floración, que es muy corta. La corteza se ha usado con cierto éxito en los casos de fiebres maláricas. También en las fiebres normales desarrolla una eficaz acción antipirética. Los frutos no son apetecibles a causa del sabor insípido de la pulpa, aunque es perfectamente comestible. Una especie próxima, el acerolo *(C. azarolus)* se cultiva con fines ornamentales. La madera es óptima para trabajos de tornería, pues se mantiene muy brillante. A partir de los frutos fermentados se obtiene una bebida alcohólica parecida a la sidra. Se utiliza también como cepa salvaje para el injerto de diversas especies de rosáceas.



100 HINOJO MARINO

(Cat.: *fonoll marí*)
Crithmum maritimum

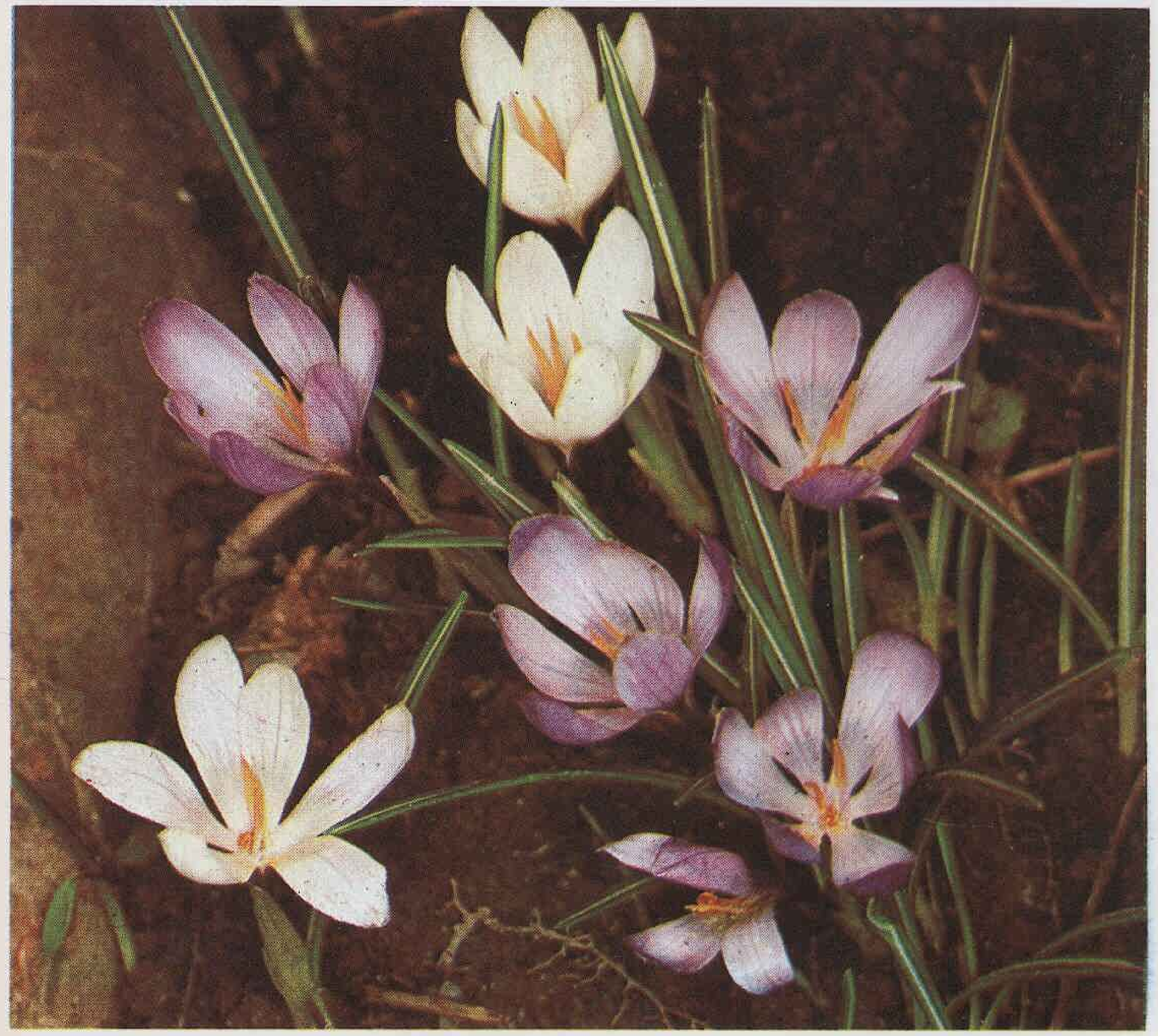
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta herbácea provista de rizoma rastrero y tallo flexuoso, poco ramificado, estriado, de color verde glauco. Las hojas son carnosas, alternas, envainantes, bi o tripinnatosectas, con segementos agudos. Las hojas apicales son pinnadas. La inflorescencia se dispone en umbela con numerosos radios, que sostienen a su vez pequeñas umbelas. El invólucro está formado por brácteas y bracteolas. Las flores son pentapétalas, de color verdoso. El fruto está formado por un diaquenio elipsoidal, verde, con costillas longitudinales, resiníferas. Alcanza una altura de más de medio metro. Es frecuente en las rocas y pedregales de la costa, sobre los muros, en lugares poco frecuentados.
Partes utilizadas Las extremidades.
Compuestos químicos Esencia, pectina, vitaminas, sulfatos, ácido acético.
Propiedades Carminativa, depurativa, digestiva, antiescorbútica.
Modo de empleo Infusión, zumo, tintura, esencia, enolito, jarabe.
Nota Las hojas del hinojo marino se conservan en vinagre. La esencia es muy perfumada y se emplea en perfumería, además de sus usos farmacéuticos y culinario; contiene pineno, eugenol, carvacrol, dilapiol. Algunas gotas de esencia añadidas a los alimentos favorecen su digestión.



101 AZAFRÁN

(Cat.: *safranera;* eusk.: *zafran*)
Crocus sativus

Familia Iridáceas.
Descripción Del griego *krokos,* hilo, por alusión a los estambres. Planta herbácea con el bulbo formado por varias capas fibrosas y reticuladas, con escapo corto envuelto por vainas superpuestas, imbricadas, que continúan hacia arriba envolviendo también los pedúnculos florales. Las hojas son lineares, más o menos vueltas en el margen y marcadas longitudinalmente por una banda blanca en la cara superior. La cara inferior señala, por su parte, una nerviación saliente. Las flores son solitarias y poseen un largo tubo que se ensancha en la extremidad en seis lóbulos ovales, terminados en punta y de color violáceo. En el centro, se dispone un estigma tripartido de color rojo anaranjado. El fruto es una cápsula oblonga terminada en punta, triloculada, dehiscente, que contiene una serie de semillas redondas. Florece en otoño. Se cultiva y también crece espontáneo. Se recolecta en setiembre.
Partes utilizadas Los estambres.
Compuestos químicos Licopina, aceite, almidón, safranina, policroíto, crocina, crocósido, picrocrocina.
Propiedades Estimulante, antiespasmódica, emenagoga, eupéptica.
Modo de empleo Polvos, tintura, infusión, jarabe.
Nota El azafrán entra en la composición de algunas preparaciones galénicas, como el láudano y el elixir de Garus, la tintura de áloe compuesta. Se emplea además en la cocina para la preparación de platos especiales. A partir de los estambres se obtiene un analgésico odontálgico. Dado el elevado coste de la droga, a veces se falsifica con otras plantas semejantes.



102 SANDÍA

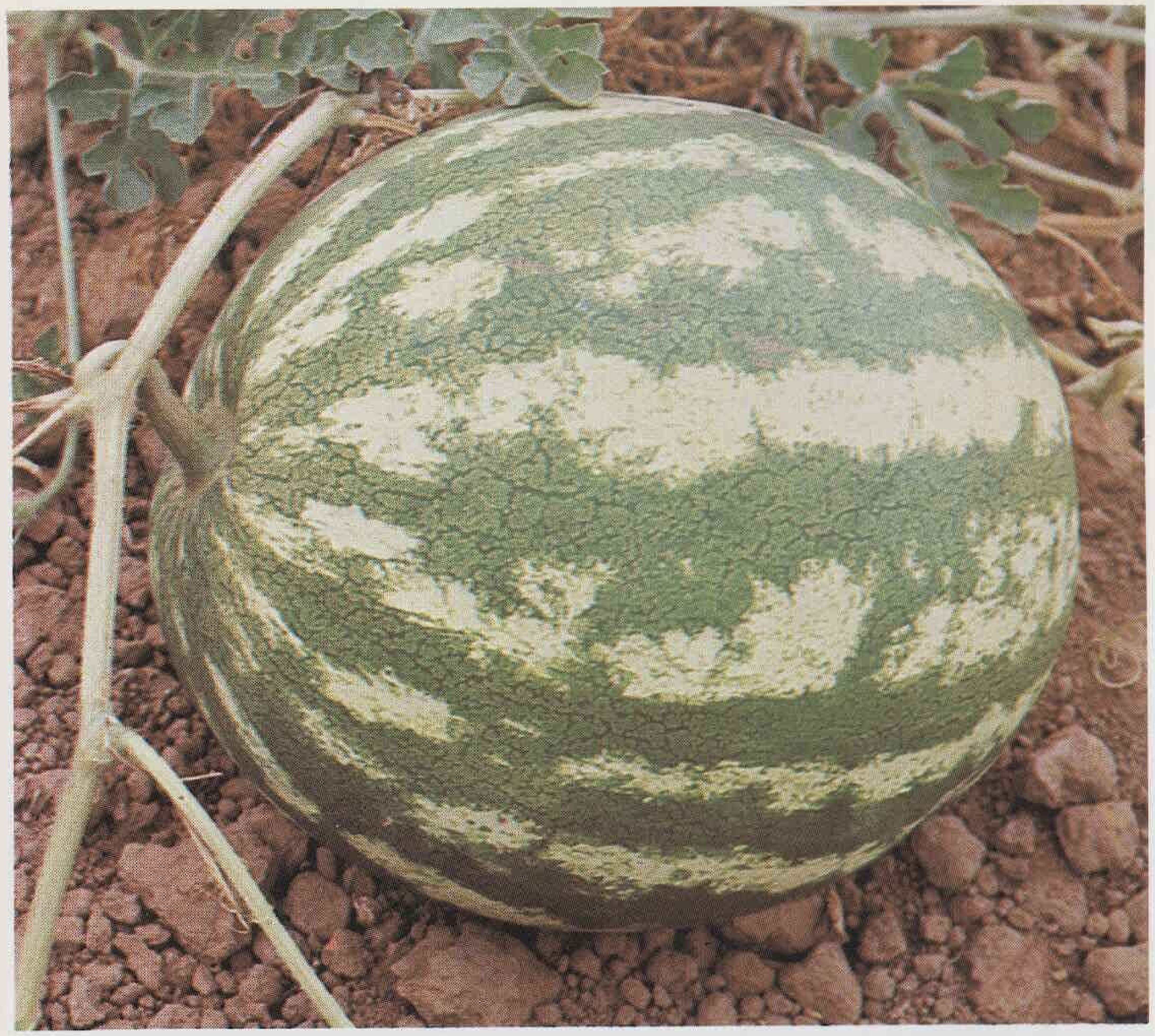
(Cat.: *sindriera;* eusk.: *angurri*)
Cucumis citrullus

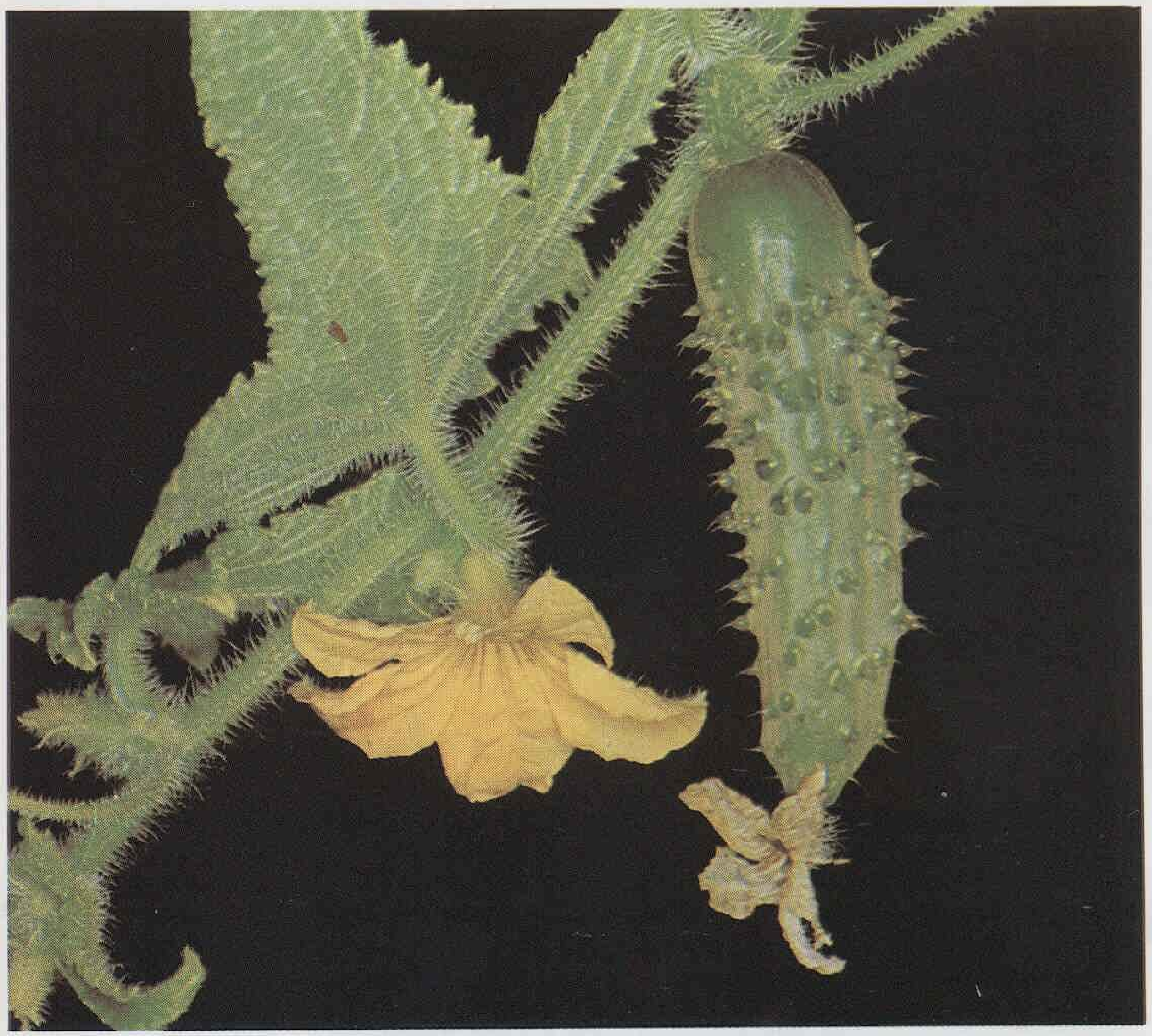
Familia Cucurbitáceas.
Descripción Planta herbácea con tallo largo y rastrero, provisto de zarcillos. Las hojas son lobuladas, profundamente divididas, onduladas, pecioladas, tiernas, verdosas. Las flores son monoicas: las masculinas presentan la corola acampanada de color verde amarillento, con tres estambres. Las femeninas, a su vez, poseen un ovario simple monolocular. Los frutos son pepónides en ocasiones ovalados y a veces esféricos, según las variedades, con la superficie lisa de color verde o con bandas blanquecinas y estrías. La pulpa, de color rojo o rosado, es esponjosa, traslúcida, con abundantes azúcares. Las semillas son muy abundantes, de color negro, y se encuentran incluidas en la pulpa. Actualmente esta especie sólo se conoce cultivada en lugares llanos. Se recolecta al llegar a la maduración, en verano.
Partes utilizadas El fruto.
Compuestos químicos Agua, sales, vitaminas, compuestos nitrogenados.
Propiedades Eudérmica, diurética.
Modo de empleo Zumo, pulpa.
Nota El contenido calórico de este fruto es muy bajo, por lo que su consumo resulta recomendable a las personas obèsas. El agua biológica posee una marcada acción diurética, útil en los casos de hidropesía y de calcosis renal. A partir de las semillas se obtiene un aceite con acción hipotensiva. Las máscaras de pulpa son muy utilizadas en aplicaciones sobre pieles delicadas.

103 PEPINO

(Cat.: *cogombre;* eusk.: *kuiluze*)
Cucumis sativus

Familia Cucurbitáceas.
Descripción Planta herbácea anual provista de tallos rastreros, que se adhieren al suelo, circulares, con nudos muy aparentes y separados. Las hojas son alternas, provistas de un largo pecíolo, palmadolobuladas. La superficie de la hoja es áspera, con abundantes pelos rígidos. En la base del pecíolo se disponen los zarcillos que permiten que la planta pueda trepar y, así, asegurar su sustentación. Presenta flores masculinas y femeninas separadas. El cáliz es muy tomentoso, con sépalos delgados y agudos, separados, y la corola presenta cinco pétalos lobulados, de color amarillo y terminados en punta. El fruto es cilíndrico, irregular, curvado, con el ápice engrosado y una serie de costillas longitudinales. En su interior se disponen las semillas, ovales. Esta especie es muy común en estado cultivado. Se recolecta en verano antes de alcanzar la maduración completa.
Partes utilizadas El fruto.
Compuestos químicos Esencia, vitamina C, carotenos, aminoácidos, celulosa.
Propiedades Emoliente, anticatarral, depurativa.
Modo de empleo Zumo.
Nota El fruto es muy utilizado en cosmética para blanquear la piel, tanto en forma de mascarillas de pulpa como en pomadas que contienen el jugo. Es muy sabroso en las ensaladas, aunque algo indigesto, puesto que no es igualmente aceptado por todos dado su alto contenido en celulosa. La industria conservera lo emplea para su preparación en vinagre.

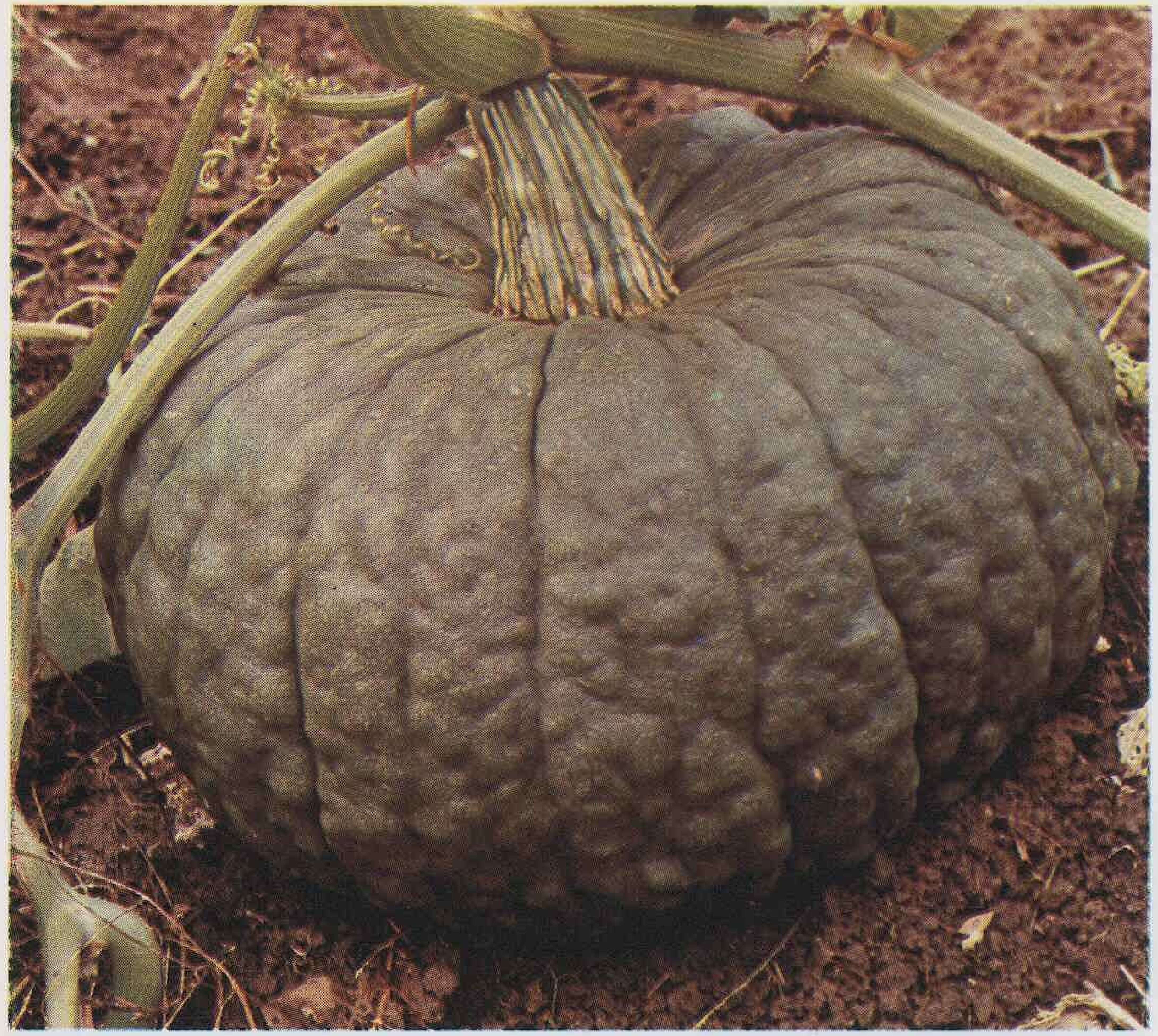




104 CALABAZA

(Cat.: *carbassera;* eusk.: *kui-ondo*)
Cucurbita maxima

Familia Cucurbitáceas.
Descripción Planta rastrera con tallos volubles muy largos. Las hojas son acorazonadas, circulares, con lóbulos redondos poco marcados. Los pecíolos son largos y fistulosos, cubiertos de pelos coriáceos, aunque no punzantes. Las flores presentan una corola acampanada de color amarillo, pentalobulada, y son sostenidas por un pedúnculo cilíndrico. El fruto contiene abundante pulpa, con una corteza verdosa. Contiene semillas poco sesgadas, comprimidas, ligeramente blanquecinas. Esta especie procede de Asia Menor, y hoy en día se cultiva en numerosas regiones. Los tallos pueden alcanzar 5 m. Se recolecta en agosto.
Partes utilizadas Las semillas.
Compuestos químicos Cucurbitina, peponósido, ácido cucírbico, leucina, tirosina, vitaminas.
Propiedades Vermífuga.
Modo de empleo Pulpa de las semillas en emulsión.
Nota Después de ingerir la emulsión para expulsar los parásitos intestinales, es necesario tomar un purgante, que puede ser aceitoso (al contrario de lo que sucede con los helechos). La pulpa del fruto se emplea mucho en cocina, en pastelería y en la industria conservera. Se fabrican mascarillas nutrientes para pieles secas. La calabaza puede conservarse seca. Las flores son tan comestibles como los frutos y son buscadas por los buenos gourmets. Las semillas contienen un aceite comestible que puede presentar interés comercial, dada su elevada concentración. Parece ser, además, que la cucurbitacina tiene la propiedad de bloquear la división celular.

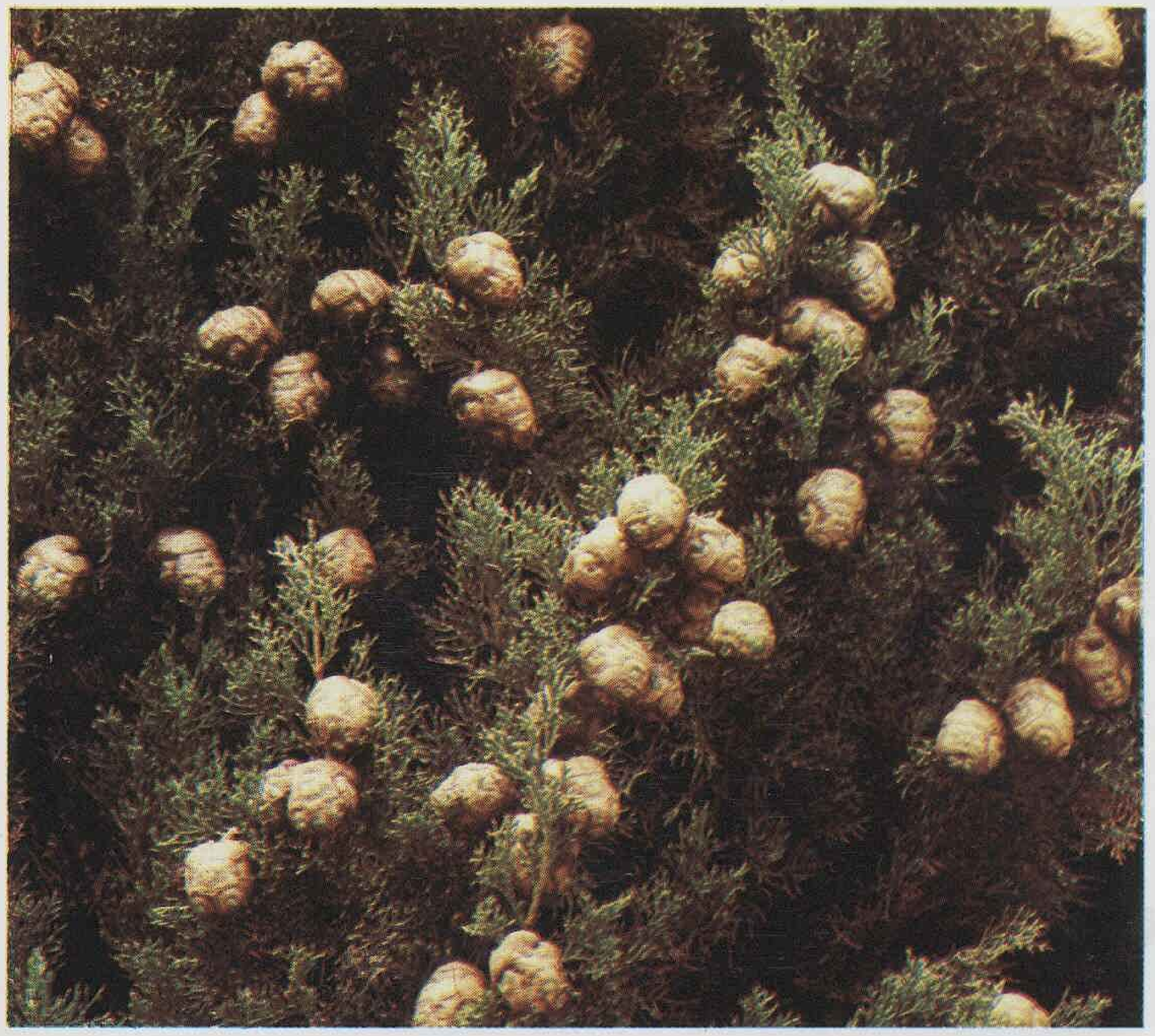


---

105 CIPRÉS

(Cat.: *xiprer;* eusk.: *altzifre*)
Cupressus sempervirens

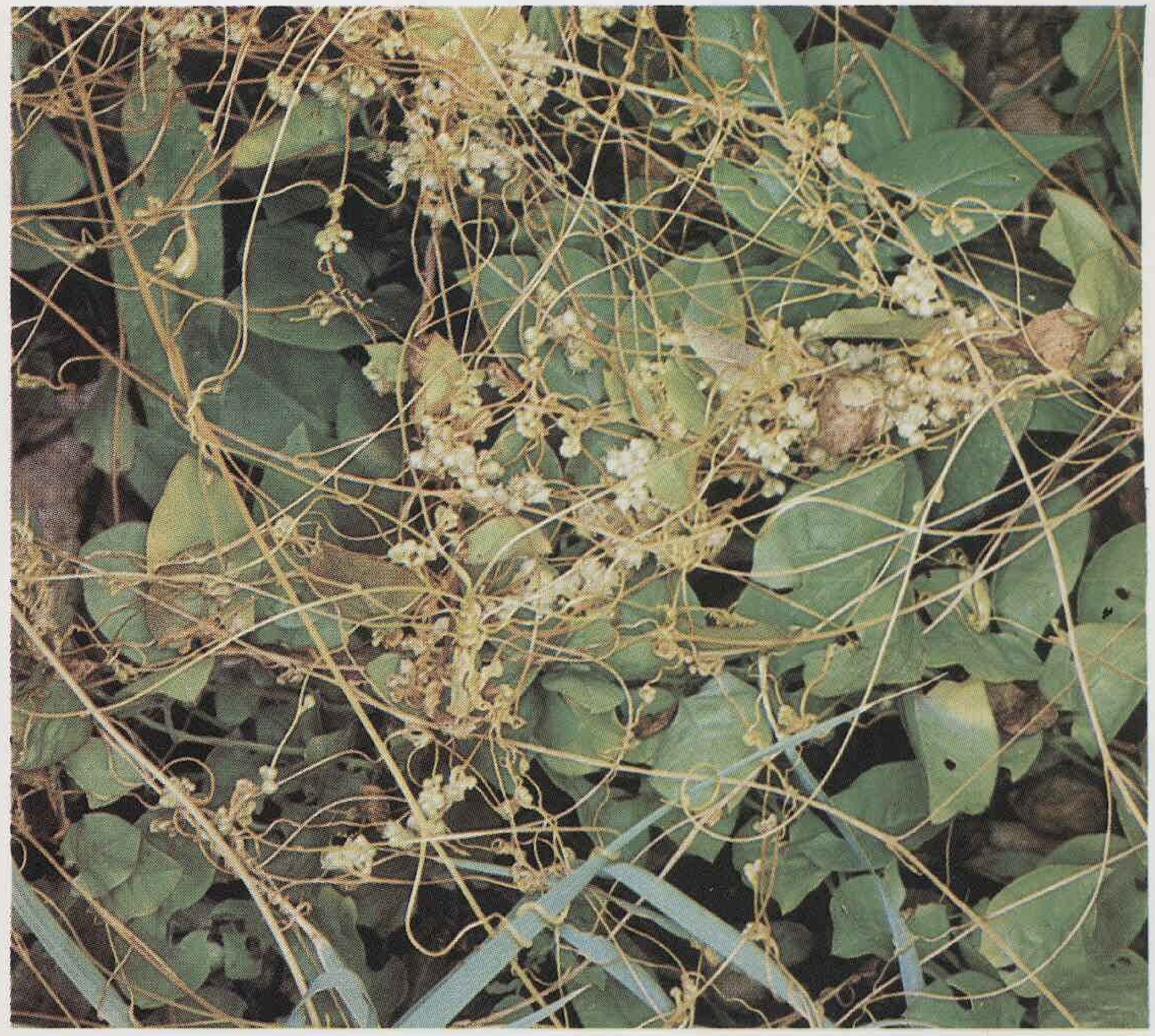
Familia Cupresáceas.
Descripción Árbol provisto de un tallo alto, con dos variedades: de ramas extendidas y de ramas recogidas. Las ramificaciones sostienen hojas pequeñas, escamiformes, con glándulas resiníferas. Las flores se agrupan en amentos masculinos y femeninos. El fruto, denominado gálbulo, es una transformación leñosa de las brácteas del amento femenino. Al llegar a la madurez, las escamas se separan y permiten la caída de las semillas que están provistas de un margen alado. Se recolectan de enero a abril. Este árbol procede de Asia Menor y es muy común en toda la cuenca mediterránea.
Partes utilizadas Los gálbulos y los brotes tiernos.
Compuestos químicos Aceite esencial en una concentración de 0,2 al 0,6 % que contiene fundamentalmente pineno, canfeno, silvestreno y tanino (en los gálbulos) y sustancias pécticas.
Propiedades Astringente, antidiarreico, antiséptico, antipirético, balsámico, tosífugo, antihemorroidal, vasoconstrictor eficaz, antirreumático.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, extracto blando acuoso, extracto seco, aceite esencial, tintura, agua destilada, jarabe.
Nota La madera goza de la propiedad de permanecer inmune al ataque de las carcomas; por ello se utiliza para la fabricación de objetos artísticos inalterables con el tiempo y con perfume propio. La resina, que se recoge a través de incisiones realizadas en el tronco o en las yemas, de intenso valor aromático, favorece la maduración de los uñeros y actúa como un buen vulnerario sobre las heridas de lenta cicatrización. La decocción de la madera se emplea en baños de pies contra la transpiración maloliente.



106 EPÍTIMO

(Cat.: *epítim, cuscuta;* eusk.: *kuskula*)
Cuscuta epithymum

Familia Cuscutáceas.
Descripción Planta herbácea, parásita, anual, de color amarillo anaranjado, carente de raíces y clorofila, con tallo filiforme provisto de haustorios que alcanzan a los vasos conductores de la planta hospedante. Carece de hojas. Flores sésiles, blancas o rosadas, agrupadas en glomérulos. Cáliz pentapartido, acampanado. Gineceo con el ovario súpero. Fruto globuloso con la cápsula dividida en tres cámaras. Semillas lisas, muy abundantes, amarillas. Se cría en toda la península Ibérica, desde el nivel del mar hasta las zonas montañosas. Se recolecta de junio a setiembre.
Partes utilizadas La planta entera liberada de los órganos de la hospedante.
Compuestos químicos Cuscutina, tanino, resina.
Propiedades Colagogo, laxante suave, carminativo.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, blando y seco.
Nota Se desaconseja su uso a las personas con hemorroides, ya que la cuscuta contiene antracenósidos que provocan una concentración de la sangre en la zona abdominal. La planta se emplea en homeopatía. Algunas de las especies más afectadas por esta planta parásita son el tomillo, la ajedrea, el espliego, el romero y las aulagas.

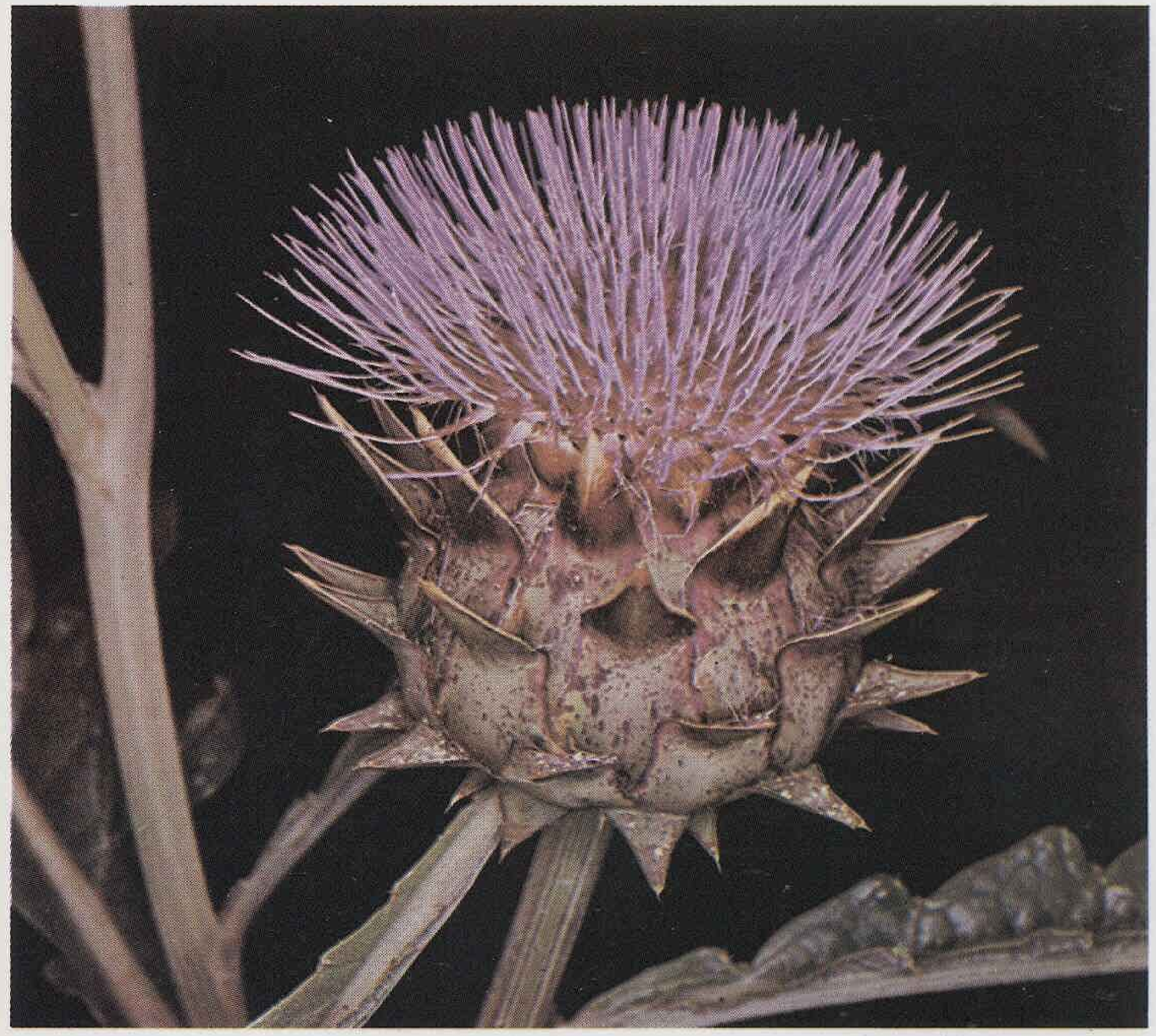


---

107 ALCACHOFERA

(Cat.: *carxofera;* eusk.: *orribura*)
Cynara scolymus

Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea provista de rizoma cilíndrico, que en general alcanza un metro de altura. Las flores basales son muy grandes, pubescentes en la lámina inferior y sólo ligeramente en la superior, bipinnatosectas con lóbulos. Las hojas caulinares pueden ser pinnatosectas o bien enteras. La inflorescencia está constituida por flores azuladas reunidas en cabezuelas, provistas de brácteas muy numerosas y largas, ocasionalmente con espinas. El fruto es un aquenio ovalado con el vilano plumoso. Se recolecta en abril-mayo.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Una sustancia ácida no muy bien definida químicamente que se denomina cinarina, inulina, enzima, taninos y azúcares.
Propiedades Colagoga, hepatoprotectora, anticolesterolemizante, fluidificante de la bilis, diurética, antirreumática, digestiva, bioactiva, litóntrica biliar, hipoglucemizante.
Modo de empleo Decocción, tintura, enolito, extracto fluido, extracto seco, agua destilada.
Nota La alcachofa debe consumirse ligeramente cocida, lo que la hace más digestiva, y rápidamente ya que al cabo de un tiempo se hace tóxica. Debe evitarse que las gestantes la coman, ya que contienen una sustancia coagulante de la leche. Las hojas proporcionan un colorante de tejidos de color gris oscuro.



108 CINOGLOSA

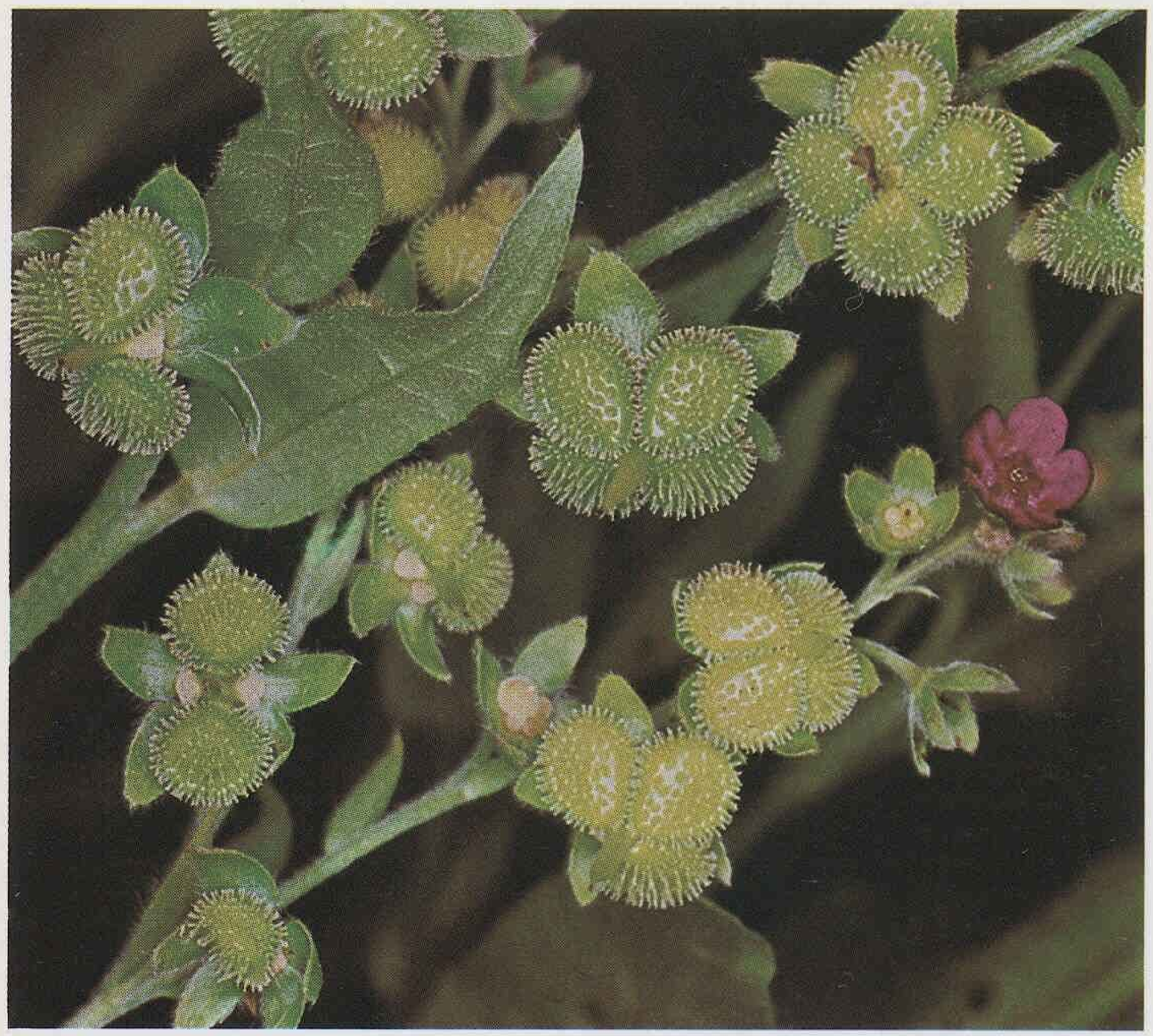
(Cat.: *llengua de cavall*)
Cynoglossum officinale

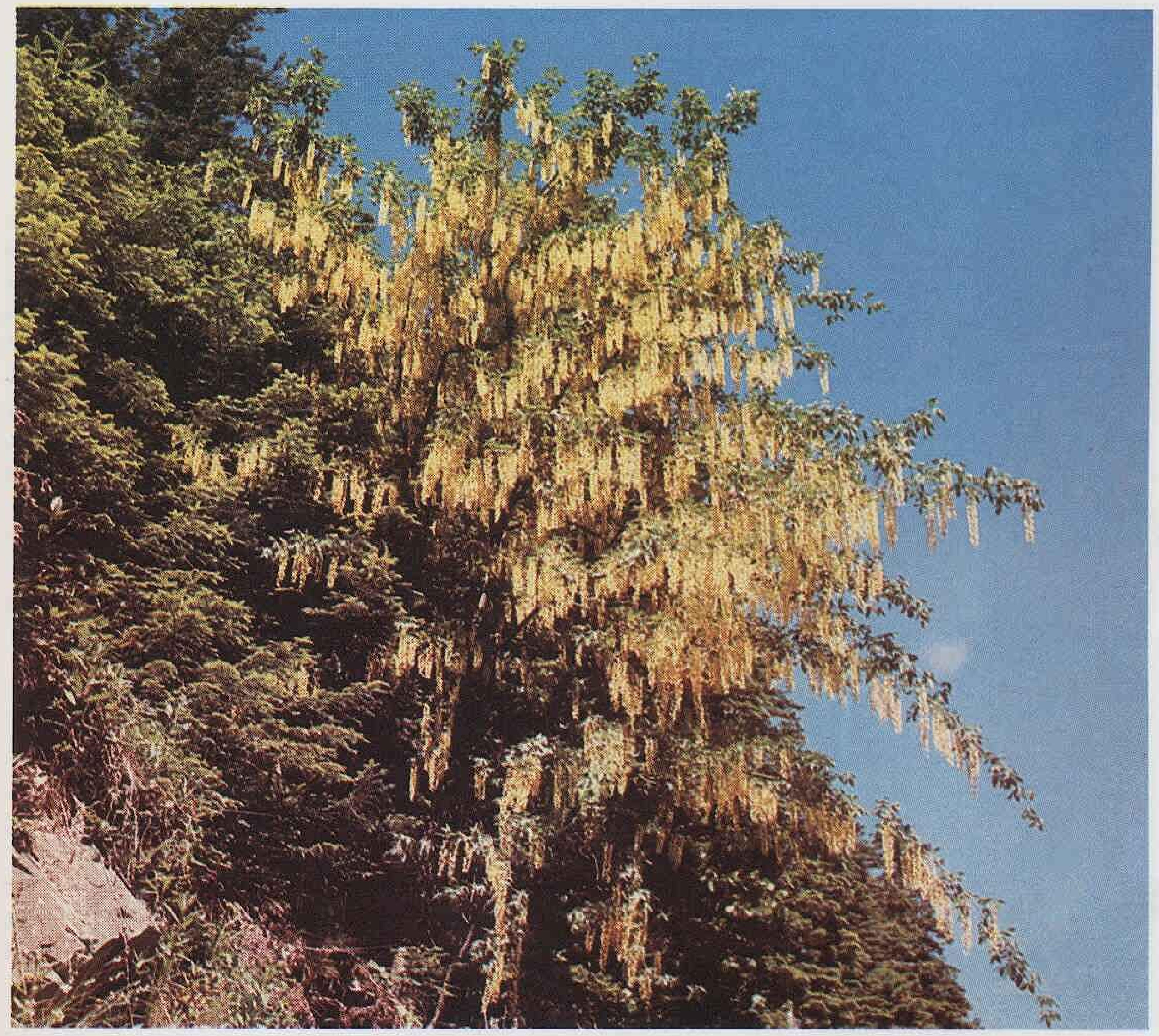
Familia Borragináceas.
Descripción Hierba bianual provista de hojas basales dispuestas en roseta de las que, al segundo año, emerge el tallo de aproximadamente un metro de altura. La raíz es fusiforme y negruzca, el tallo erecto, ramificado, cubierto de pelos. Las hojas inferiores son oblongas y lanceoladas, mientras que las caulinares son sésiles, enteras, amplexicaules. Toda la hoja está cubierta de tomento. La inflorescencia es una espiga de color rojo o violeta. El cáliz de las flores es pentasépalo. El fruto está compuesto por cuatro aquenios ligeramente aculeados. Al florecer las plantas, las hojas basales se desecan. Crece en las laderas de los montes, en lugares pedregosos, muy ocasionalmente en el llano. Se recoge a finales de primavera del segundo año.
Partes utilizadas La corteza de las raíces.
Compuestos químicos Cinoglosina, cinogloseína, inulina, alantoína, colina, alcanina, resina, tanino, goma.
Propiedades Antiespasmódica, ligeramente narcótica, cicatrizante, emoliente.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, zumo.
Nota Esta especie se conoce desde la antigüedad. Debe usarse con prudencia a causa de los efectos narcóticos que pueden producirse a elevadas dosis. En uso externos normalmente se emplea como cataplasma sobre las grietas y las hemorroides. Las preparaciones homeopáticas están muy indicadas contra el insomnio.

109

Cytisus alpinus

Familia Papilionáceas.
Descripción Árbol o arbusto de corteza lisa y ramas jóvenes cubiertas de pequeñísimos pelos cortos y blandos. Hojas en disposición alterna sobre las ramas, fasciculadas, trifoliadas, provistas de estípulas. Los folíolos son ovalados, puntiagudos, de color verde oscuro. Las flores se agrupan en largos racimos colgantes con el raquis tomentoso. El cáliz es esférico en la base y con dos labios. La corola es papilionácea, de color amarillo dorado. El fruto es una legumbre provista de un corto pedúnculo de forma oblonga, con sutura alada superior, aplanado, y que contiene semillas reniformes y oscuras. Esta especie es bastante común en los bosques de tipo alpino, aunque crece también cultivada como ornamental. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Citisina, colina, esencia, tanino, azúcares, cera, mucílagos, ureasa.
Propiedades Colagoga, purgante.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura.
Nota La citisina es un compuesto muy venenoso, con acción parecida a la de la estrictina. Los preparados de esta especie deben suministrarse, por lo tanto, con estricto control médico. Las hojas poseen una acción semejante a la del tabaco y por ello se han empleado en la cura del tabaquismo. La madera, apreciada en los trabajos de tornería, es de grano grueso.





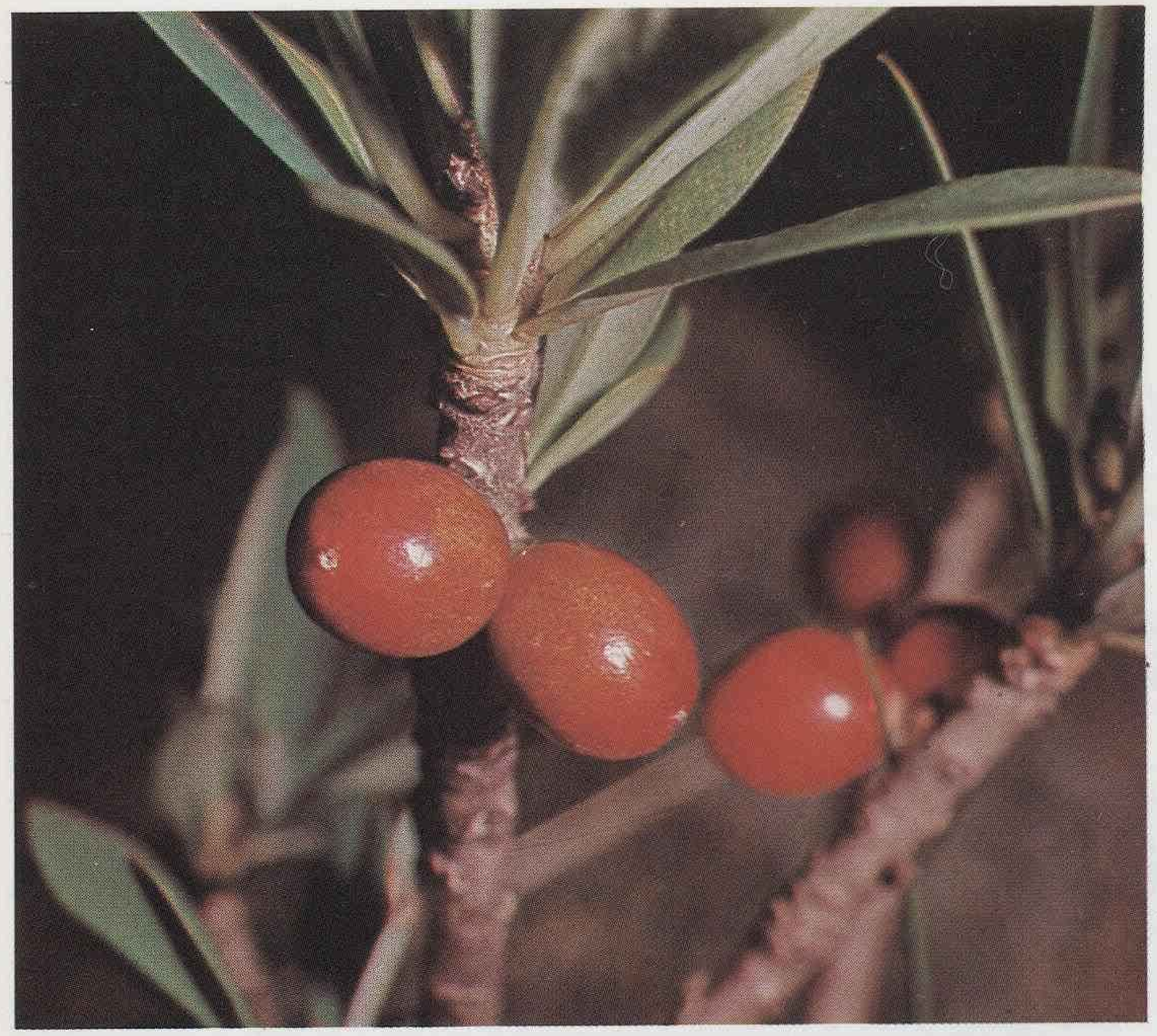
110 MECEREO
(Cat.: *olivella;* eusk.: *ario*)
Daphne mezereum

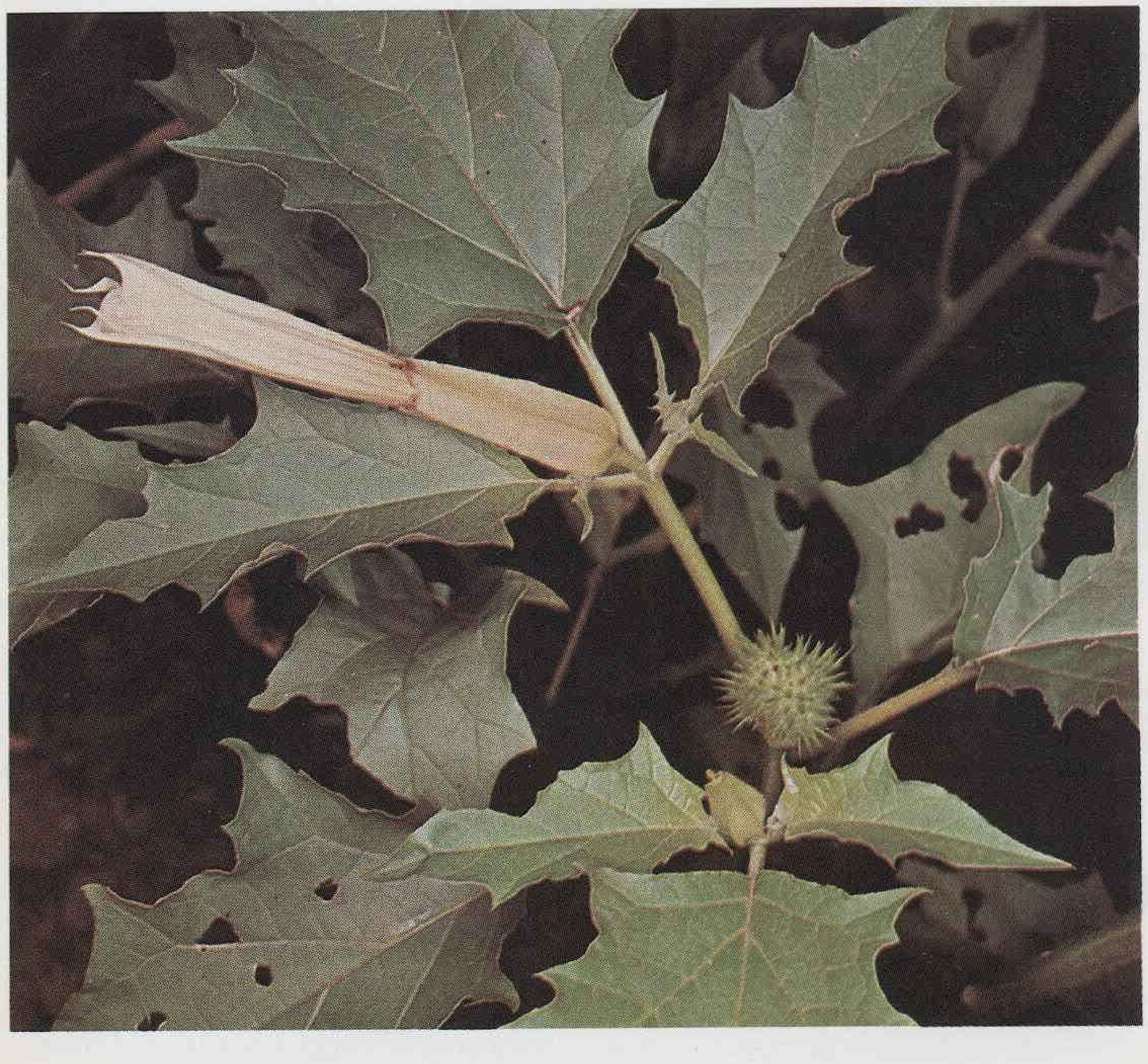
Familia Timeláceas.
Descripción Subarbusto en general espontáneo, que desarrolla un tallo leñoso, retorcido, de corteza lisa, de color gris, con punteaduras. La raíz es leñosa. Las hojas crecen esparcidas, verdes, ovaladolanceoladas, provistas de un corto pecíolo, caducas, ciliadas en las fases juveniles. Aparecen después de la floración. Las flores, rojas o rosadas, son sésiles, binadas o ternadas, dispuestas en glomérulos laterales que forman un racimo con un haz terminal de hojas. El androceo está compuesto por ocho estambres; el gineceo posee un estilo corto. El fruto es una drupa roja de forma ovoidal. Esta especie es común en los bosques húmedos de montaña, y prácticamente hasta el llano, en toda Europa. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Dafnina, mezereína, aldehído mezerínico, mucílagos, aceite, cera.
Propiedades Rubefaciente, vesicatorio, drástico.
Modo de empleo Decocción, tintura, liparolito.
Nota Esta especie es muy venenosa y de ningún modo debe destinarse a uso interno. Externamente se emplea bastante, aunque siempre deben aplicarla manos expertas, en la preparación de ungüentos antirreumáticos o de emplastros vesicatorios, que producen a menudo, dada su elevada actividad, eritemas y flictemas. No obstante, se utiliza en homeopatía en algunas dermatosis e inflamaciones, en forma de tintura o de dinamización. Algunas aves consumen los frutos sin experimentar ningún tipo de trastorno. En ciertas zonas se emplea la corteza seca y pulverizada como estornutatorio, pero su uso no es recomendable.

---

111 ESTRAMONIO
(Cat.: *estramoni;* eusk.: *asma-belar*)
Datura stramonium

Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea anual, espontánea, que mide aproximadamente un metro de altura, de olor desagradable, con tallo cilíndrico ramificado y dicotómico. Las hojas, alternas, poseen un pecíolo robusto, y son de forma oval triangular, agudas, con el margen dividido en varios lóbulos. La cara inferior está surcada por numerosas nerviaciones muy pronunciadas. Las flores, con el cáliz tubuloso, son blancas y solitarias, con listas de color violeta, y se insertan normalmente en la bifurcación de las ramas. La corola posee cinco lóbulos acuminados. El fruto es una cápsula ovalada muy espinosa que recuerda el pericarpio del fruto del castaño de indias, tetravalente, con numerosas semillas negras y rugosas. Crece en lugares cultivados, terraplenes y terrenos áridos baldíos. Se recolecta durante todo el verano.
Partes utilizadas Las flores y las semillas.
Compuestos químicos Daturina, hiosciamina, atropina, escopolamina, sales, esencia.
Propiedades Antispasmódico, narcótico, neurosedante, antiasmático.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, polvos, cigarrillos antiasmáticos.
Nota La planta está contraindicada en los estados de eretismo nervioso y en las enfermedades cardiovasculares. Dada la presencia de alcaloides afines a la belladona y al beleño, esta planta debe considerarse como venenosa y excluirse del uso doméstico. Las semillas se emplean en algunos países como droga alucinógena por la presencia de escopolamina, que produce graves intoxicaciones.

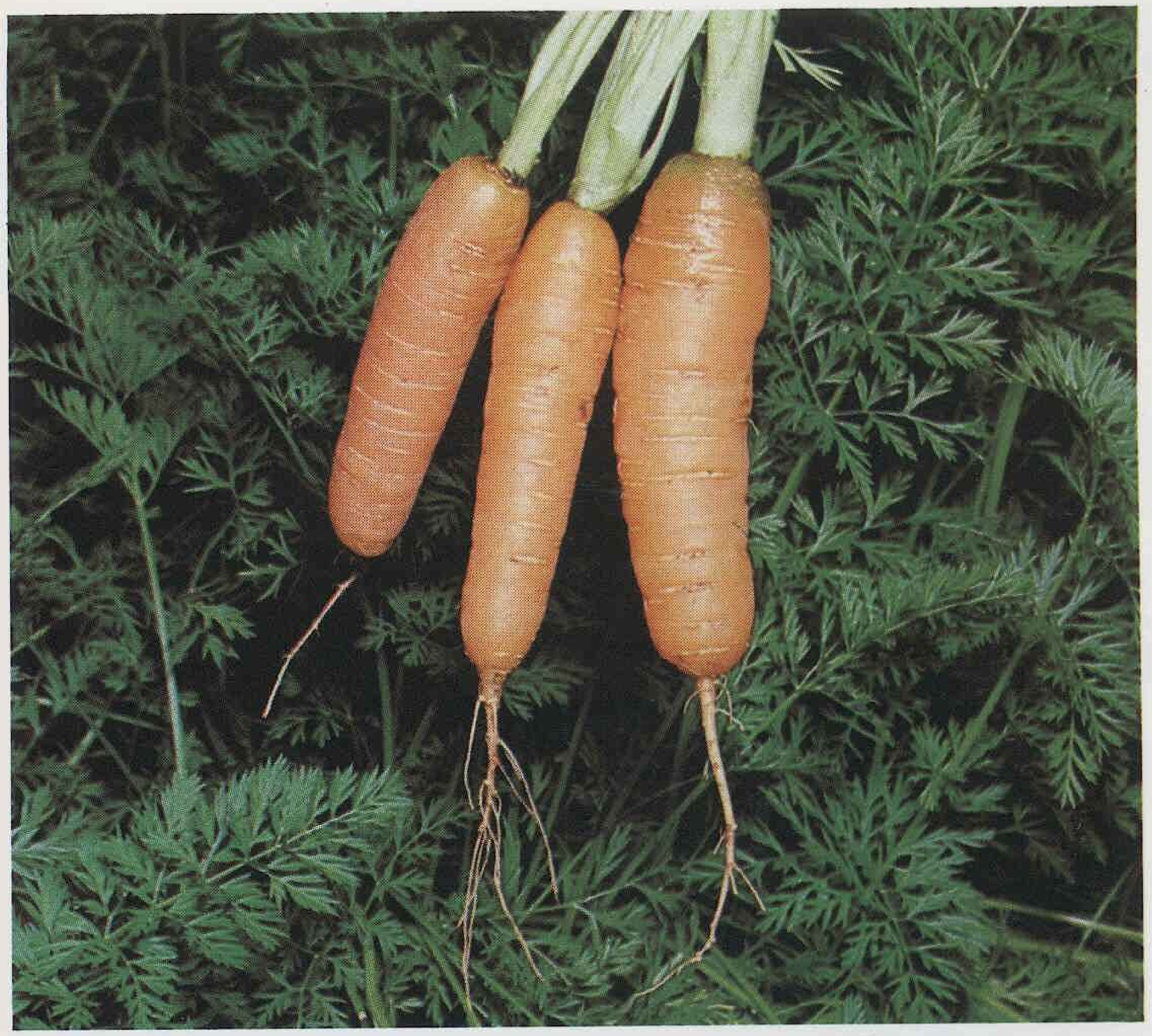




112 ZANAHORIA

(Cat.: *pastanaga;* eusk.: *azenario*)
Daucus carota

Familia Umbelíferas.
Descripción Planta bianual con raíz axonomorfa, carnosa. Tallo erecto, ramificado. Hojas alternas provistas de un corto pecíolo y vaina muy desarrollada, penninervia, bi o tripinnatosectas. Las flores blancas se agrupan en una umbela terminal. Las flores periféricas son estériles. El fruto es un diaquenio elipsoidal aculeado que se divide en dos partes. Las semillas son planas y de color verde. En estado espontáneo es muy poco común, mientras que constituye una especie hortícola muy extendida. Puede alcanzar el metro de altura. Se recolecta desde agosto a octubre.
Partes utilizadas Las semillas y la raíz.
Compuestos químicos En la raíz están presentes: glucosa, sacarosa, proteínas, sales, pectina, carotenos, vitaminas, asparragina. En las semillas: esencia con pineno, limoneno, carotol, daucol, ácido isobutírico, asarona. La concentración del aceite esencial es de aproximadamente el 1,2 % con una densidad de 0,9. Se recoge en un volumen de alcohol de 90º.
Propiedades Raíz: remineralizante, diurética, oftálmica. Semillas: carminativas, litóntricas, galactagogas.
Modo de empleo Decocción, zumo, esencia, tintura.
Nota Con la harina de zanahoria se fabrica una especie de panes. A partir de la harina se extrae el caroteno, que el metabolismo transforma en vitamina A. Es útil para la vista. La esencia característica es muy aceptada como base de los perfumes modernos. Las hojas contienen aceite con vitamina E y se consumen en las menestras. La fermentación de la pasta de las raíces permite la extracción de alcohol.

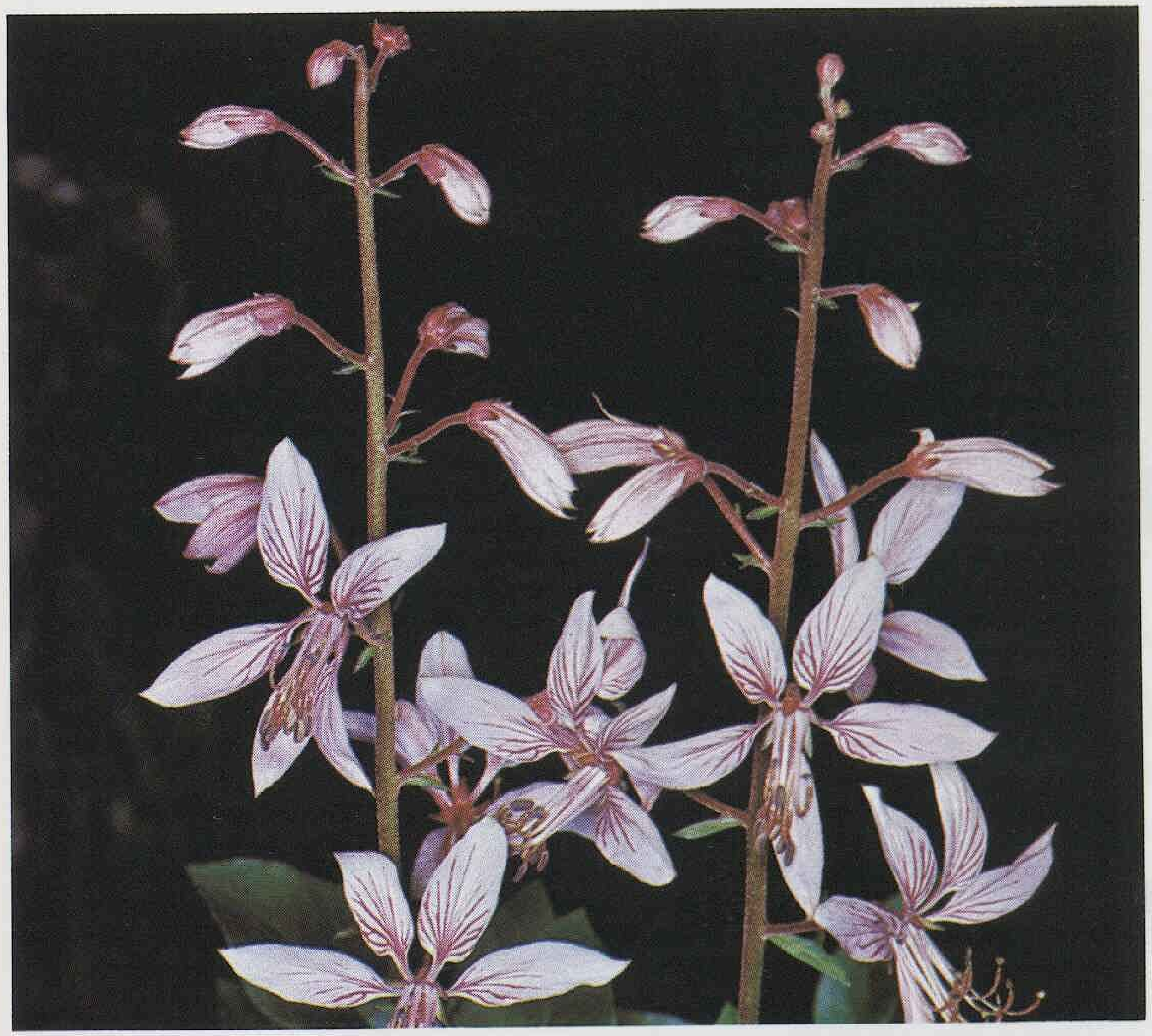


---

113 DÍCTAMO BLANCO

(Cat.: *dictam*)
Dictamnus albus

Familia Rutáceas.
Descripción Planta herbácea o subarbustiva perfumada. El tallo es erecto, simple, liso en la parte basal, ligeramente tomentoso en el ápice. Las hojas se disponen esparcidas, las superiores sésiles, simples y obovadas; las restantes son compuestas y pecioladas, imparipinnadas, con folíolos elípticos con el borde dentado, glandulosos. La lámina superior presenta una serie de pelos sedosos, mientras que la inferior es glabra. Las flores se agrupan en racimos simples, con el cáliz pentasépalo y la corola pentapétala, blancoamarilla con listas rojizas. Posee diez estambres muy largos. El fruto es una cápsula que se abre al llegar a la madurez, dividiéndose en cinco aberturas longitudinales, cada una con un par de semillas ovales. Cría en las zonas montañosas y submontáneas aclaradas, aunque también se cultiva. Se recolecta desde junio a agosto.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Esencia, goma, cera.
Propiedades Aromático, estimulante, digestivo, antispasmódico, galactogogo.
Modo de empleo Infusión, esencia, polvos, enolito.
Nota A partir de esta especie se extrae una esencia que todavía no ha sido estudiada en profundidad, de un aroma característico. Se utiliza ampliamente en la fabricación de alcoholes y en perfumería. Con las hojas se preparan unas tisanas que pueden tomarse en lugar del té como digestivo. Entraba a formar parte del bálsamo de Fioravanti.



114 DIGITAL AMARILLO

(Cat.: *didalera groga*)
Digitalis lutea

Familia Escrofulariáceas.

Descripción Planta herbácea con raíz fusiforme, perenne, tallo simple o muy poco ramificado, glabro. Hojas dentadas, casi sésiles, semienvainantes, ovaladolanceoladas. Las flores se agrupan muy apretadas en racimos de disposición horizontal, con la corola amarilla provista de numerosos lóbulos. Planta común en los bosques y praderas selváticas, maquia, suelos silíceos. Supera a menudo el metro de altura. La recolección tiene lugar en verano.

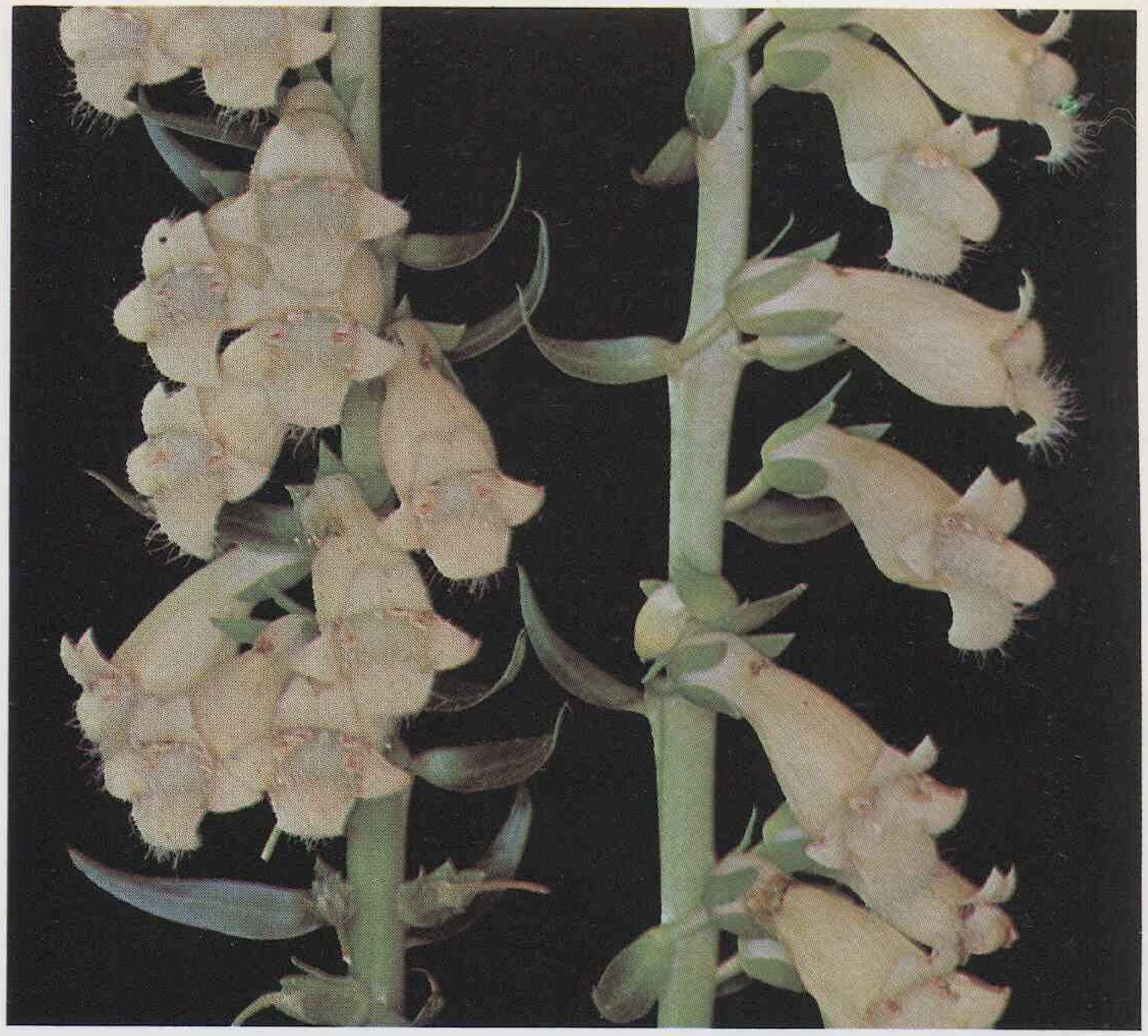
Partes utilizadas Las hojas correspondientes al segundo año.

Compuestos químicos A-acetildigitoxina, acetildigitoxina, lanatósidos A y B, ácidos, sales.

Propiedades Cardiotónico.

Modo de empleo Polvos, infusión, extracto fluido, tintura.

Nota Es menos peligrosa que el digital, ya que no determina fenómenos de acumulación, y sin embargo constituye una droga que no debe usarse impunemente en medicina familiar, sino siempre bajo estricto control médico. Es una planta venenosa. Su uso determina una diuresis muy acentuada a causa de la digitoxina. Es incompatible con la quina, el tanino y el yodo.



115 PALOSANTO

(Cat.: *palissandre*)
Diospyros kaki

Familia Ebenáceas.

Descripción Árbol provisto de tallo erecto y ramificado con una copa esférica, ramificaciones afiladas, de hasta 10 m de altura. Las hojas son ovaladas, oblongas, algo acuminadas, brillantes en la lámina superior, pubescentes en la inferior, con la nerviación sobresaliente. Las flores son solitarias, con el cáliz mayor que la corola, que es amarillenta. Las flores masculinas poseen hasta 24 estambres, y 8 las femeninas. El fruto es una baya globosa con 8 compartimientos y 8 semillas ovales aplastadas, duras y acuminadas, con la pulpa de color amarillo anaranjado, viscosa, dulce. La planta procede del Japón, aunque actualmente se cultiva en toda la cuenca mediterránea. Los frutos se recolectan en invierno.

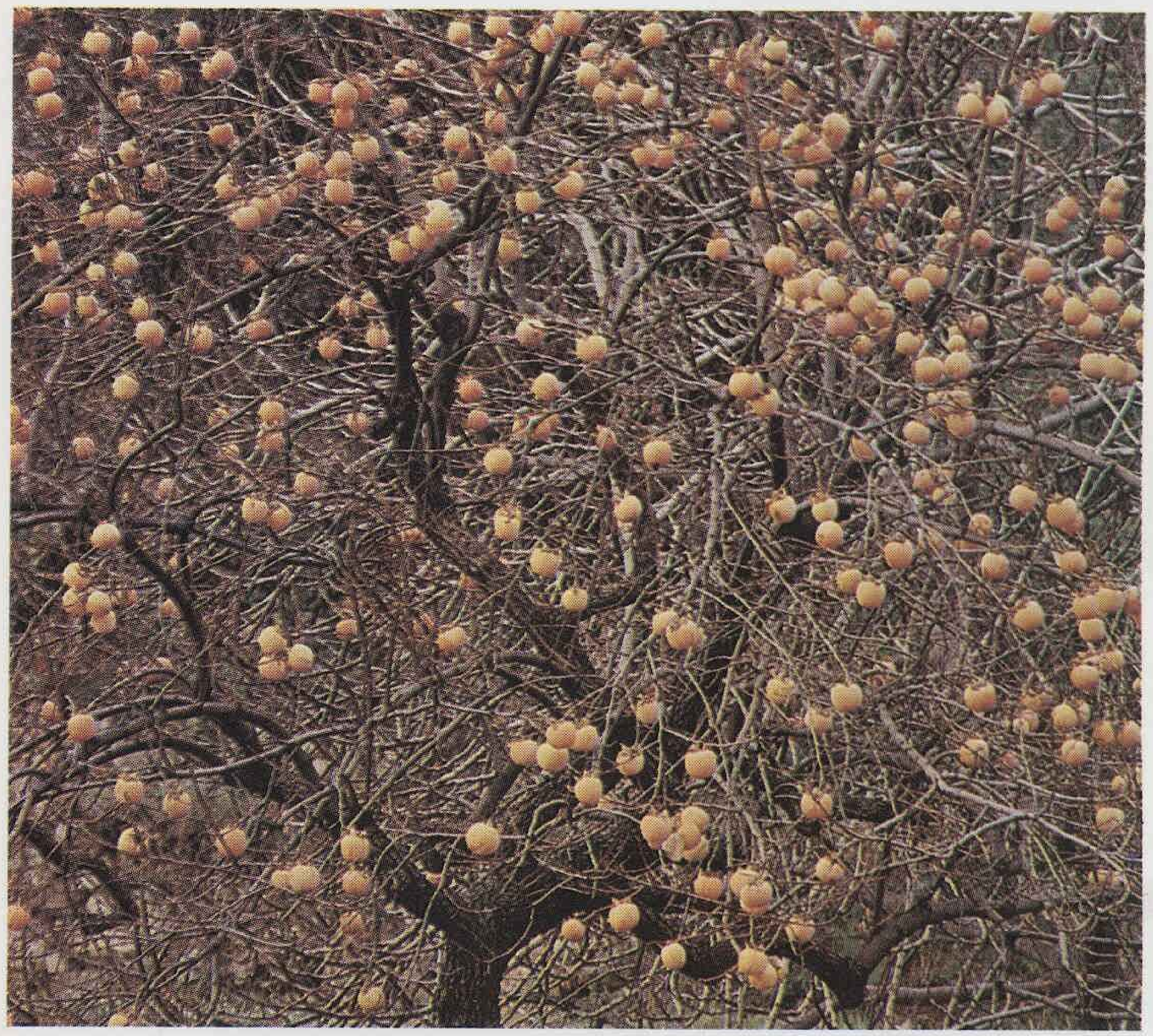
Partes utilizadas Los frutos.

Compuestos químicos Glucosa, fructosa, proteínas, tanino, carotenos, vitamina C, pectina.

Propiedades Astringente, laxante, nutritivo.

Modo de empleo Pulpa inmadura o madura.

Nota Con el fruto, después de su maduración, se preparan exquisitas mermeladas nutritivas. En cosmética, sirve para la preparación de mascarillas a base de pulpa de fruto inmaduro, con acción fortaleciente. La pulpa madura posee acción laxante en los niños.



116 CARDENCHA

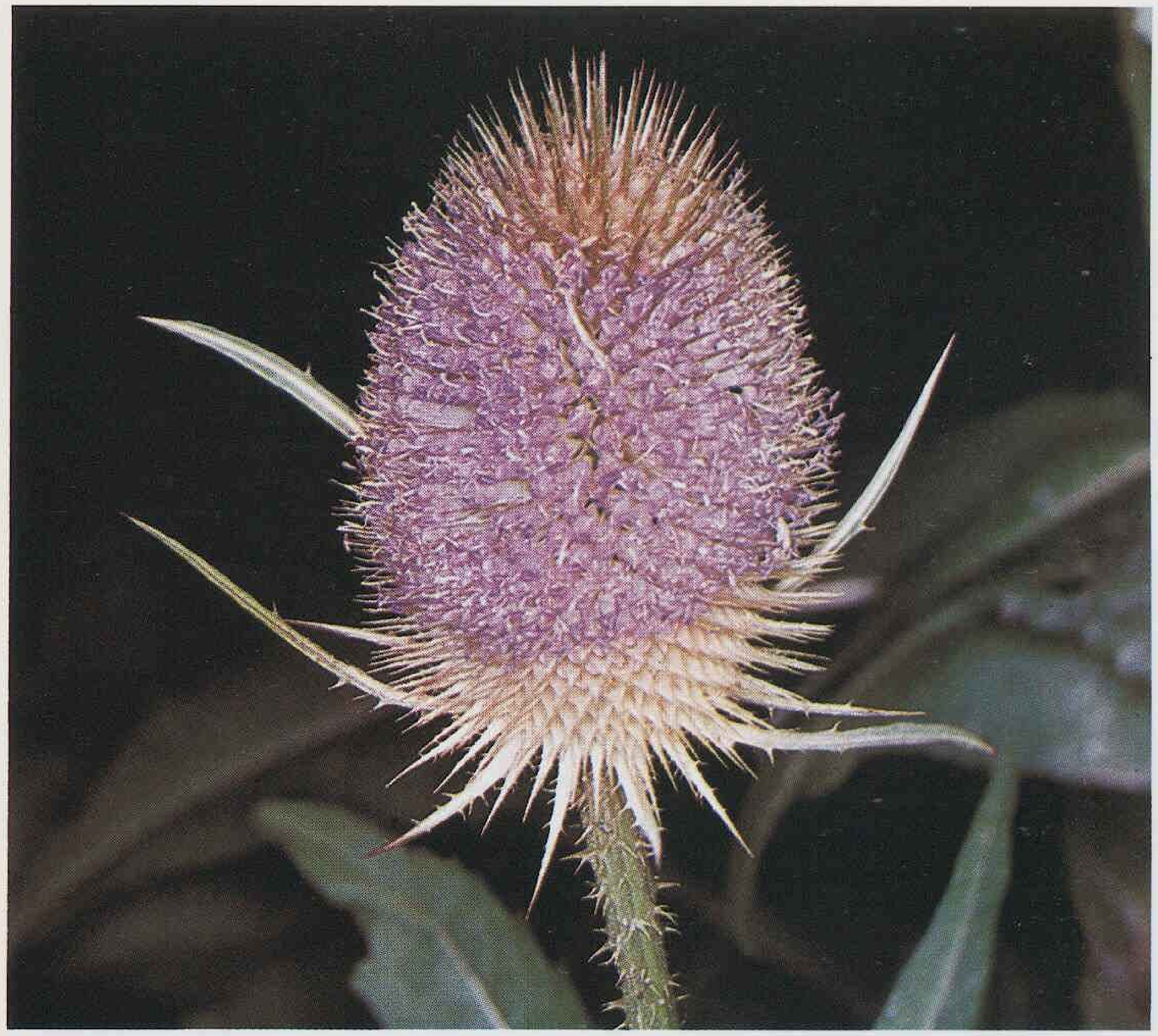
(Cat.: *cardot;* eusk.: *astakarlo*)
Dipsacus fullonum

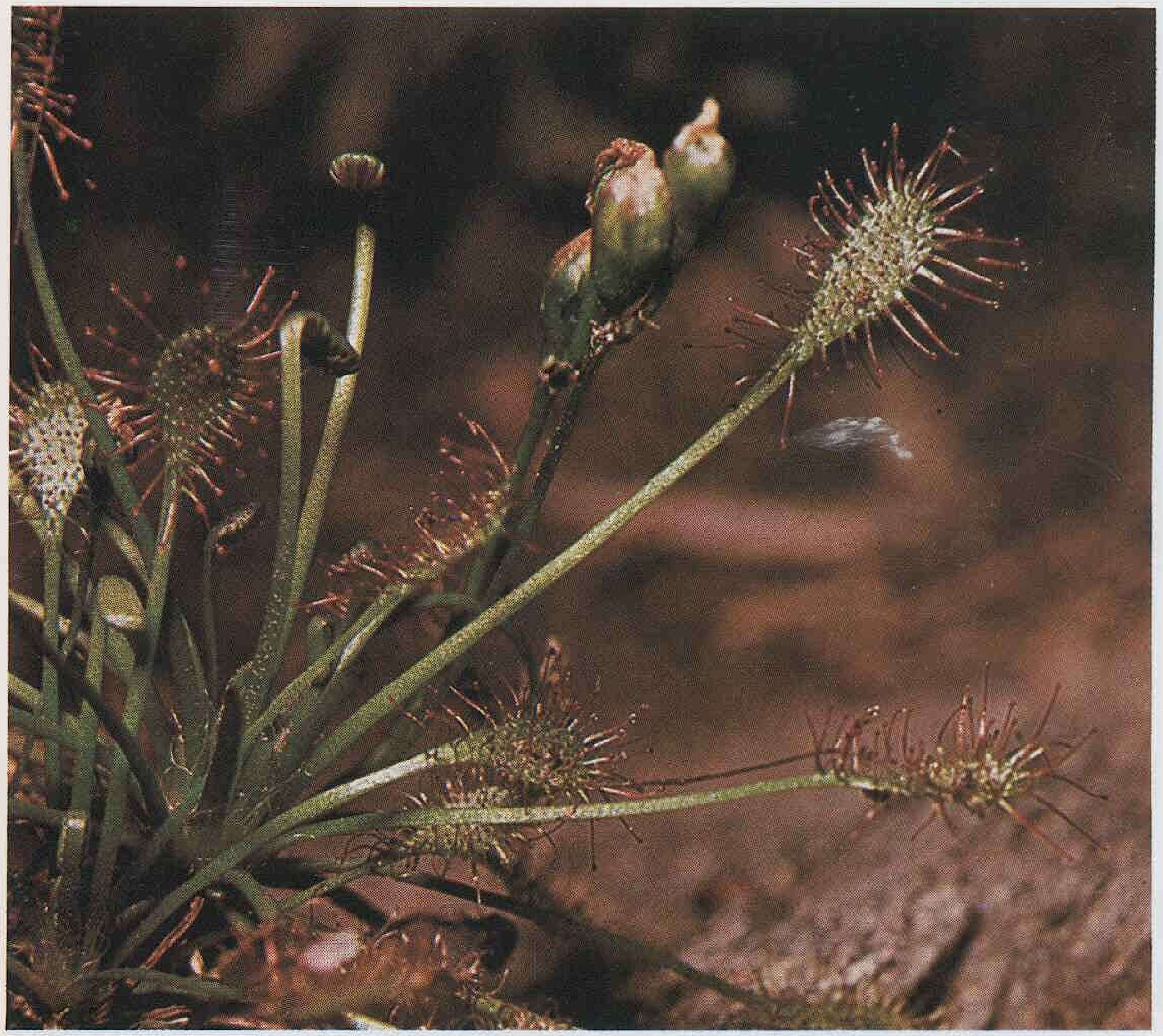
Familia Dipsacáceas.
Descripción Del griego *dipsao,* tener sed, por la retención característica del agua que hacen las hojas. Planta herbácea bianual de hasta 2 m de altura, provista de gruesa raíz, retorcida y ramificada. Tallo erecto, surcado, espinoso, con las ramificaciones dispuestas en el ápice. Las hojas basales forman una roseta y disponen de un corto pecíolo, son lanceoladas y miden hasta 30 cm, con la lámina provista de espinas, especialmente en la nerviación; las caulinares son sésiles, amplexicaules y más puntiagudas. Las flores se disponen en cabezuelas ovoidales, de color lila, dispuestas en la extremidad de cada ramificación. Común en toda la zona mediterránea tanto en estado espontáneo como cultivado. Se recolecta en setiembre.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Inulina, un glucósido, principio amargo, sales.
Propiedades Diurética, estomacal, diaforética.
Modo de empleo Infusión, tintura, enolito.
Nota La planta se cultiva para aprovechamiento de las cabezuelas que en el pasado se utilizaron para cardar determinados tipos de tejidos. A nivel doméstico se utiliza para preparar licores ligeramente amargos con acción antiurecémica. Las ramificaciones terminales con la cabezuela se aprovechan desecadas para composiciones florales, y se mantienen inalteradas en el tiempo. En homeopatía se utiliza también la tintura de la planta en floración para la curación de las dermatosis en general.

117 DROSERA

(Cat.: *herba de la gota*)
Drosera rotundifolia

Familia Droseráceas.
Descripción Hierba provista de un pequeño rizoma del que parten las hojas dispuestas en roseta. El rizoma presenta radículas fasciculares. Las hojas son circulares, espatoliformes, con un largo pecíolo. La cara superior está provista de pelos glandulares, que secretan un líquido dulzón que atrae a los insectos, los cuales quedan adheridos y son digeridos por una serie de secreciones de la propia planta, a fin de aprovechar sus elementos nutritivos. Por ello se conoce como planta carnívora. Las flores se disponen en racimos, todas dirigidas hacia un mismo lado. La corola es blanca, con cinco pétalos; el fruto es una cápsula elipsoidal que contiene semillas rugosas. Bastante rara en estado espontáneo, prefiere las zonas pantanosas, los estanques y turberas. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Naftoquinonas, glucosa, droserina, plumbagina, ácido tánico, ácido propiónico, resina.
Propiedades Antispasmódica, anticonvulsiva, expectorante.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota La planta digiere los insectos a base de enzimas parecidos a los estomacales. Por esta razón corta la leche. Es muy utilizada en medicina homeomática para la pertosis, de la que constituye un medicamento específico, actuando sobre las terminaciones nerviosas de la laringe. Contiene además sustancias antibióticas. La actividad antiespasmódica de la tintura se incrementa si se utiliza conjuntamente con la de castaño, que presenta idénticas propiedades.





118 HELECHO MACHO

(Cat.: *falguera mascle;* eusk.: *iriar*)
Dryopteris filix-mas

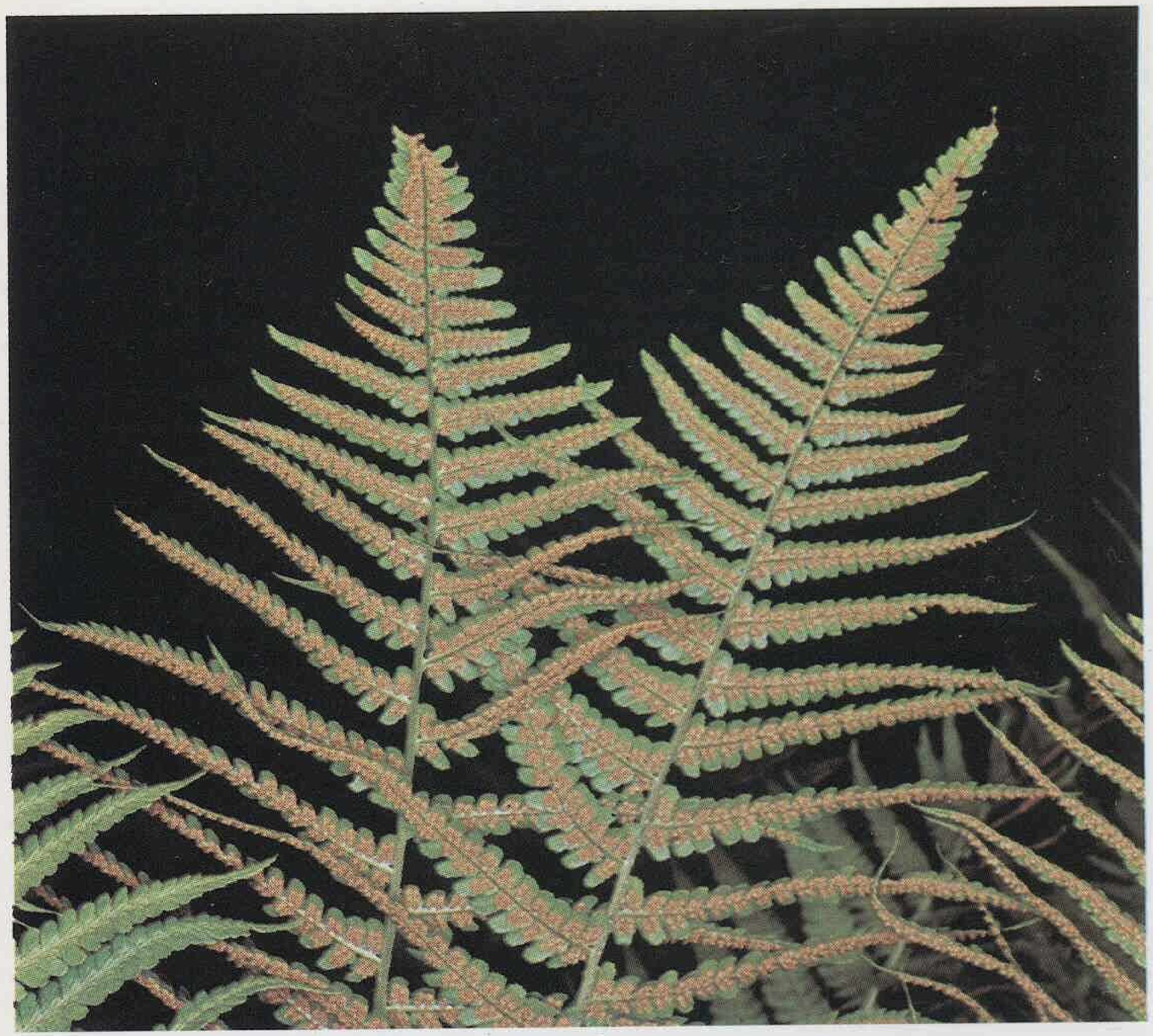
Familia Polipodiáceas.
Descripción Helecho provisto de un gran rizoma nodoso y escamoso, rojizo en la parte externa, blanco verdoso en la interna, con numerosas radículas. Los frondes son oblongos, lanceolados, bipinnados, compuestos, peciolados, con folíolos opuestos, obtusos, festoneados. Soros con numerosos esporangios reniformes dispuestos en la nerviación. Es común en los bosques húmedos, tanto de colinas como de montaña. Los frondes pueden llegar a medir 30 cm. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Filicina, aspidinol, aspidina, ácido flavaspídico, aceite, grasa, azúcar.
Propiedades Tenífugo, antihelmíntico.
Modo de empleo Heterolito, polvos, extracto hetéreo.
Nota Esta especie no debe ser empleada por los que padecen afecciones cardíacas ni por las gestantes. Su uso incontrolado puede provocar lesiones al nervio óptico. Es el mejor tenífugo conocido. Después de suministrar esta droga es necesario acompañarla de un purgante salino, que no contenga aceite. Con los frondes se preparan cojines y colchones con acción antirreumática. Se supone que los frondes poseen una ligera acción radiactiva.

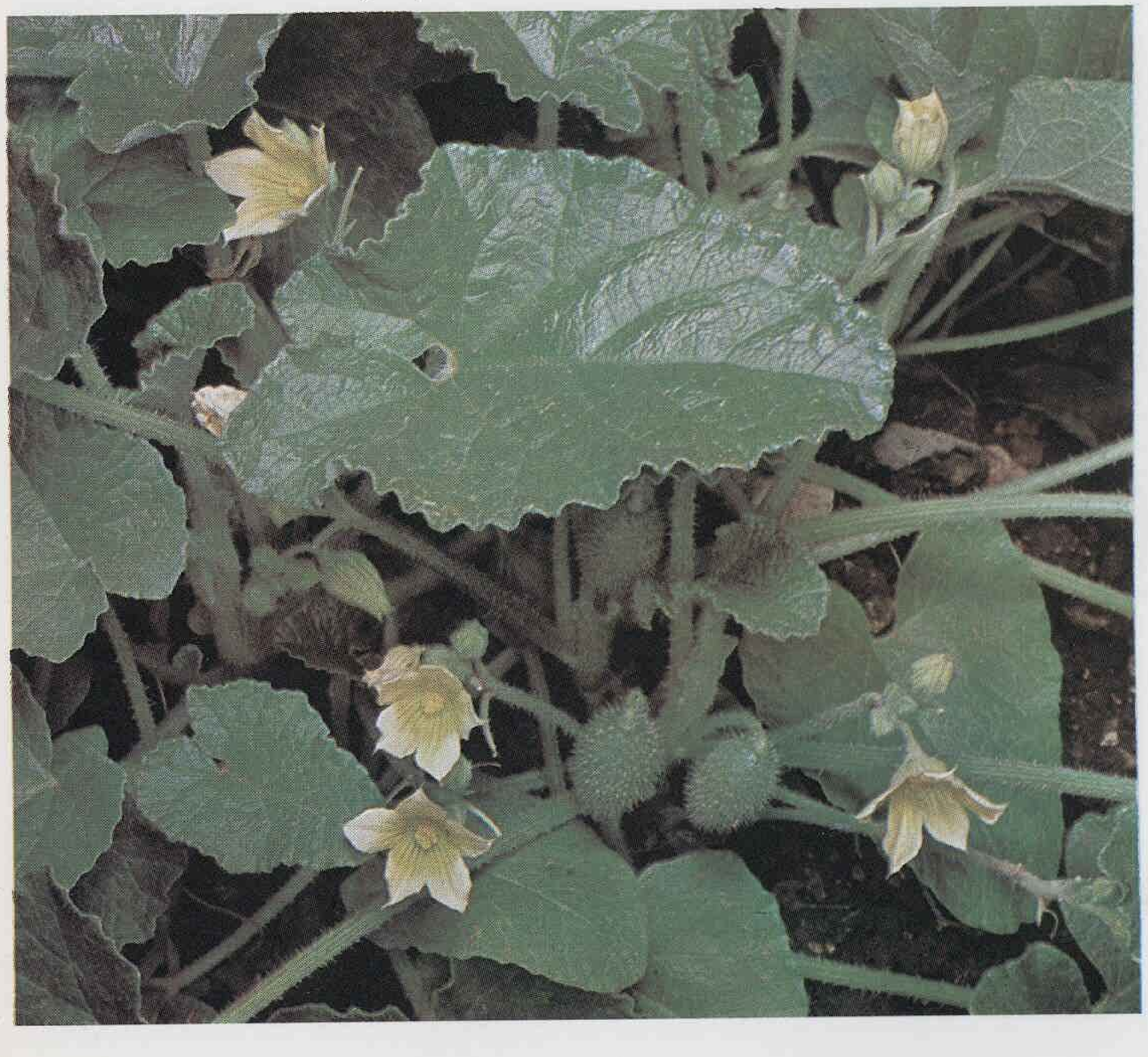
---

119 COHOMBRILLO AMARGO

(Cat.: *cogombre amarg;* eusk.: *luzokermin*)
Ecballium elaterium

Familia Cucurbitáceas.
Descripción Del griego *ecbállo,* vástago florido, con alusión al método de inseminación. Planta herbácea, rastrera, con raíz carnosa blanca. Tallo jugoso provisto de pequeñas ramas. Las hojas son pecioladas y escabrosas, híspidas, astadas, acorazonadas, dentadas, arrugadas, tuberculares, de color verde gris, con la lámina inferior blanquecina. Las flores masculinas son amarillentas, y se desarrollan en la axila foliar, acampanadas, con la corola pentalobulada. Las flores femeninas son parecidas a las masculinas. El fruto, un pepónide, es grande, híspido, verde, carnoso. La acumulación de líquido incrementa la presión, de modo que al llegar a la madurez lanza las semillas lejos de la planta; éstas son lisas y aplastadas. Es común en las zonas litorales en las afueras de las poblaciones rurales, especialmente en la zona mediterránea. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Depósito seco del jugo de los frutos: elaterio.
Compuestos químicos Elaterina, elaterasa; ácidos linoleico, esteárico, palmítico; azúcares, almidón, alcohol, resinas.
Propiedades Drástico, desobstruyente biliar, antiictérico, antiflavístico.
Modo de empleo Elaterio, tintura.
Nota Si esta planta se ingiere, puede causar graves trastornos gastroenteríticos con hemorragias, y en caso de dosis excesivas, la muerte. En estado de gravidez la planta es abortiva, y se estudia en medicina legal. Existe la costumbre popular de respirar el jugo en los casos de favismo y cuando quiere eliminarse la bilis de la sangre. El elaterio, adecuadamente dosificado, se ha utilizado en la cura de la obesidad, en general asociado a sedantes o a sustancias mucilaginosas que mitigan la acción drástica.





120 VIBRORERA

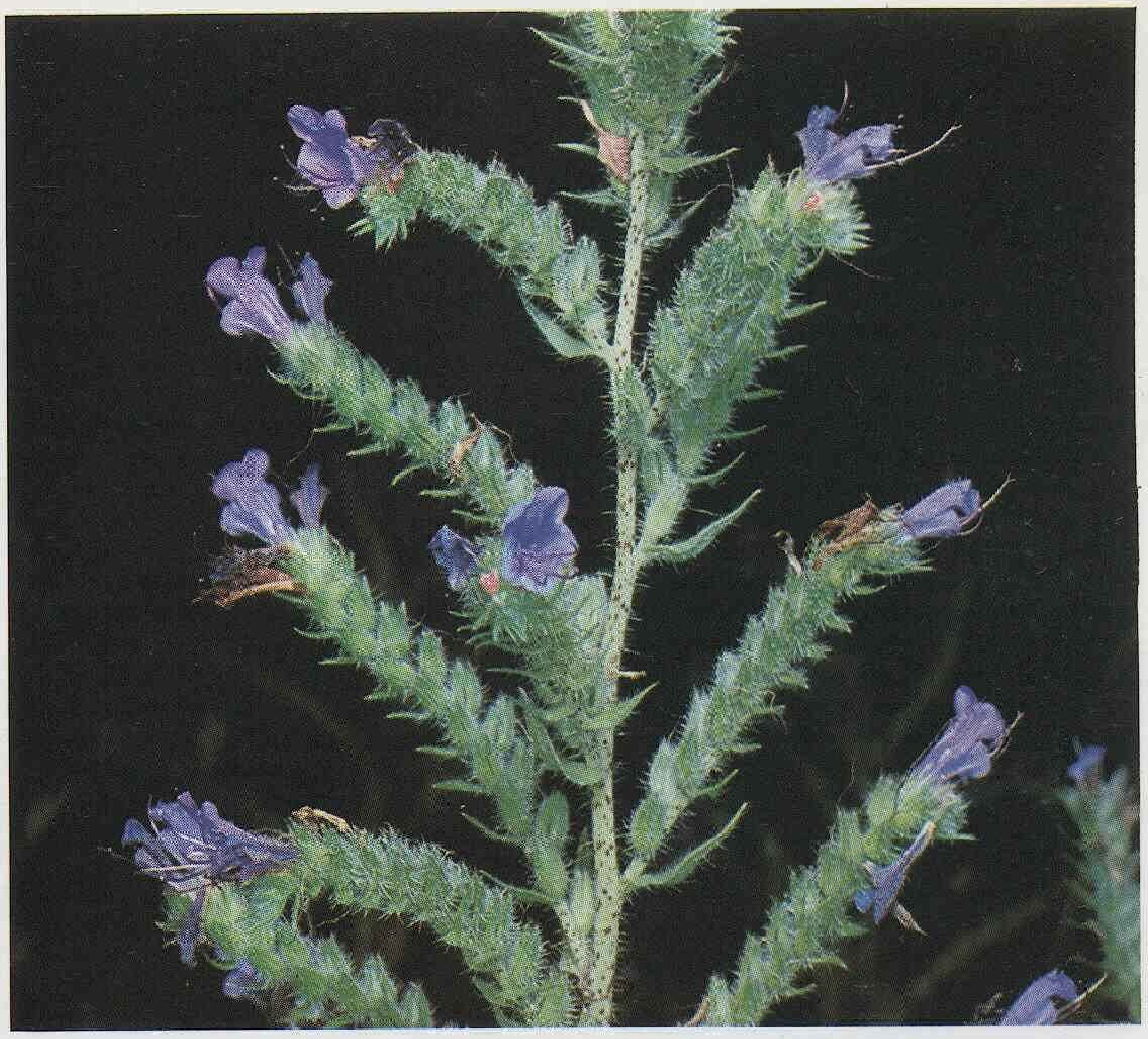
(Cat.: *viperina*)
Echium vulgare

Familia Borragináceas.
Descripción Del griego *ekios,* víbora, por referencia a la semejanza del fruto con la cabeza de este animal. Planta bianual o perenne, con raíz fusiforme y tallos erectos simples, sedosos, híspidos, manchados de puntos negros. Las hojas inferiores son lanceoladas y enteras, tomentosas, híspidas; las superiores, sésiles y estrechas en la base. Las flores, de color rojo azulado y ocasionalmente blancas, se reúnen en espigas piramidales con cima escorpioidea. La corola posee cinco lóbulos en forma de embudo y cinco estambres. El fruto es rugoso y espigoso, formado por cuatro aquenios. Especie común en los terrenos baldíos, a lo largo de los caminos en las zonas llanas de toda Europa. Los tallos pueden alcanzar un metro de longitud. Se recolecta en julio.
Partes utilizadas Las extremidades florales.
Compuestos químicos Mucílagos, cinogloxina, consolicina, nitratos, tanino.
Propiedades Béquica, diurética, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, zumo, polvos, enolito, tintura.
Nota Cuando aún no son híspidos, los brotes de las hojas se comen en ensalada al igual que la borraja y presenta sus mismas propiedades. La raíz se ha empleado para la extracción de una sustancia roja, colorante de los tejidos. El jugo se utiliza asimismo en cosmética como eficaz emoliente para las pieles enrojecidas o delicadas. Se emplean cataplasmas de extremidades frescas para la curación de forúnculos y uñeros.

121 LAUREL EPIBOLIO

Epilobium angustifolium

Familia Onagráceas.
Descripción Planta herbácea con rizoma oblicuo con abundantes radículas. El tallo es erecto, simple o ligeramente ramificado. Las hojas, lanceoladas, con el margen entero, penninervias, se insertan al tallo, en verticilo o de forma alterna. La inflorescencia es un racimo apical que sostiene las flores de cáliz tetralobulado; la corola es tetrapétala, con dos pétalos mayores que los restantes, todos de color rosa. La cápsula es alargada y contiene semillas largas y ovales. Es muy común a lo largo de los torrentes de montaña, donde forma colonias numerosas, o sobre los escarpados húmedos. Puede alcanzar un metro de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Rizoma y flores.
Compuestos químicos Ácido tánico, mucílagos, pectina, sales.
Propiedades Astringente, emoliente.
Modo de empleo Decocción (rizoma), infusión (flores), tintura, polvos, extracto fluido.
Nota El laurel de san Antonio es una planta muy buscada por las abejas, por lo cual debe tenerse presente en apicultura. Las hojas se han empleado como sucedáneo del té para su falsificación. En determinadas regiones se le da un uso antidiarreico o bien vulnerario sobre heridas recientes. Se emplea también como colutorio en las aftas bucales. Las flores encuentran aplicación en cosmética sobre pieles enrojecidas y delicadas. Pueden añadirse las hojas más tiernas a las ensaladas en caso de enteritis o colitis.



122 EQUISETO MENOR

(Cat.: *cua de cavall;* eusk.: *eztañu-belar*)
Equisetum arvense

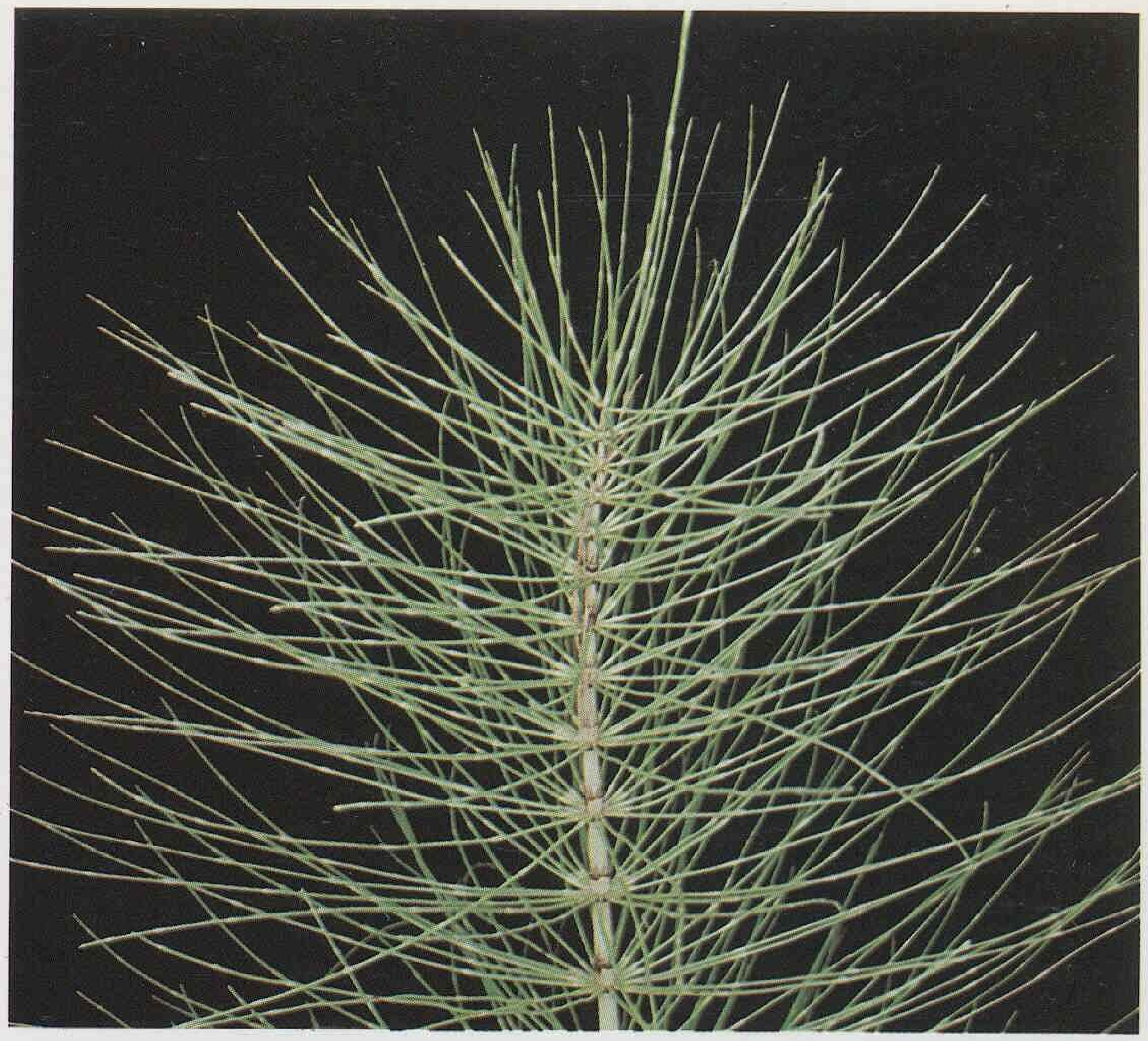
Familia Equisetáceas.
Descripción Del latín *equi-setum,* crin de caballo. Planta perenne, criptógama, carente por lo tanto de hojas y flores, de 20-50 cm de altura, con el rizoma ramificado, del que parten los tallos fértiles de color amarillo pardo, con anillos membranosos, a cuya muerte son reemplazados por tallos estériles que presentan las ramificaciones segmentadas en verticilos de color verde. Las esporas maduran en una espiga esporangífera que mide de 3-4 cm y es ovoidal.
Partes utilizadas Los tallos estériles.
Compuestos químicos Ácido silícico, equisetina, equisetrina, óxido de hierro, cloruro de potasio y aluminio, vitamina C, tanino, resina.
Propiedades Remineralizante, diurético, hemostático, cicatrizante.
Modo de empleo Jugo, extracto fluido, polvos, decocción.
Nota La planta, dada su elevado contenido en sílice (10 %) se utilizaba como abrasivo en los trabajos de ebanistería y para pulir los objetos de cobre. El jugo tiene acción positiva en la poliposis nasal; en la epistasis y las hemorragias posee una acción coagulante muy eficaz. Las ramas fértiles, sin esporangios, son consumidas en algunas regiones como sustitutivo de los espárragos. Algunos autores sostienen que el ácido silícico es muy adecuado para reparar las fracturas óseas. Según estudios efectuados en 1923 por Tichy, esta especie favorecía la lentitud de la degeneración tumoral. En homeopatía se utiliza la tintura de esta planta fresca para la curación de la cistitis y en las afecciones urinarias.

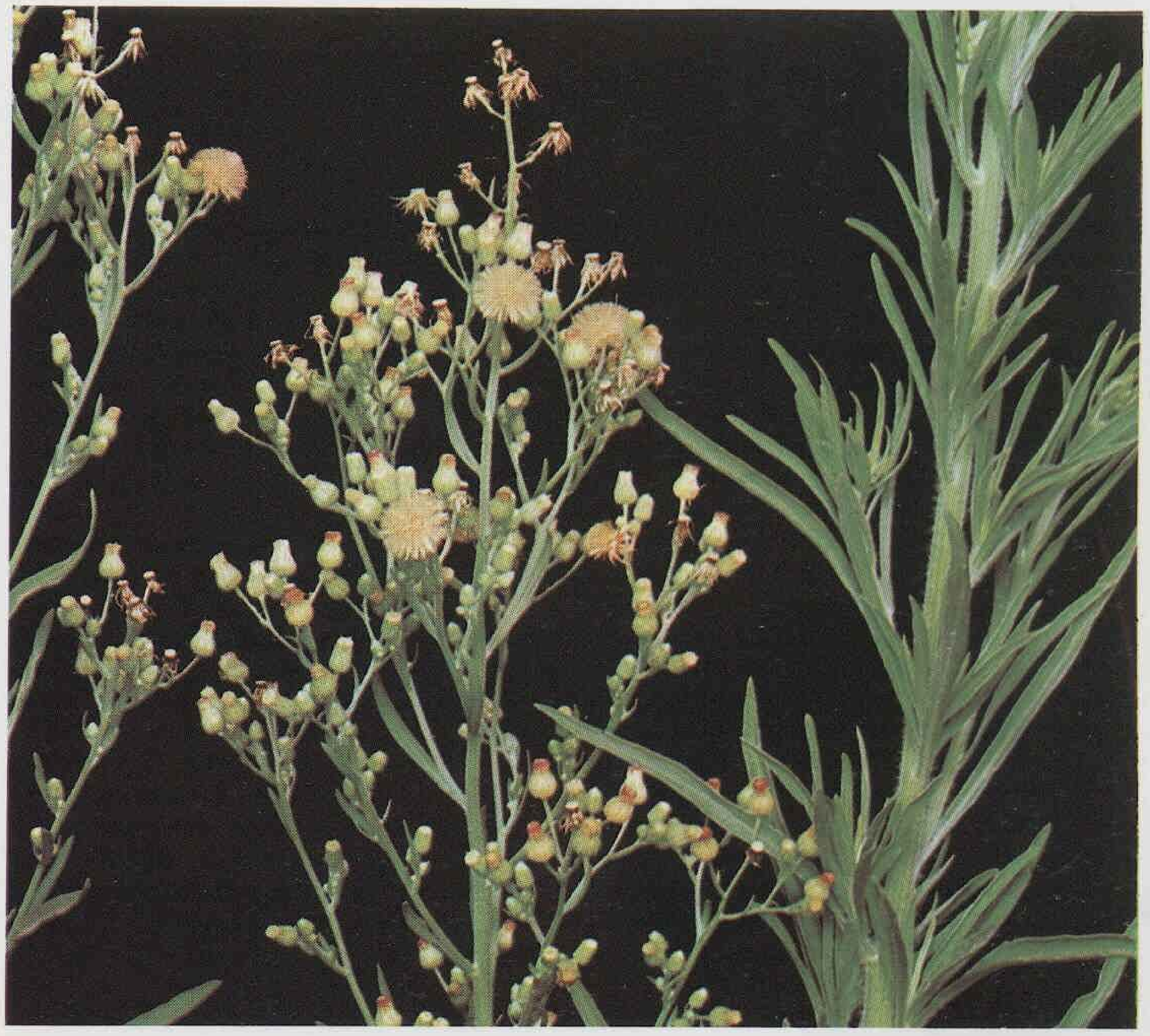
---

123 ERIGERON

Erigeron canadensis

Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea provista de raíz ramificada. El tallo, con abundantes hojas, es hirsuto y mide más de un metro, terminado en una espiga ramificada. Las hojas son ciliadas; las inferiores, lanceoladas y en ocasiones divididas; las superiores son lanceoladas o lineales. Cabezuelas provistas de escamas y con flores pequeñas de color blanco o rosado. Los frutos son aquenios con vilano grande, de color blanco. Es muy común en toda Europa, donde actualmente crece naturalizada, aunque la especie procede de América del Norte. Se recolecta a principios de otoño.
Partes utilizadas Las extremidades.
Compuestos químicos Resina, taninos, aceite esencial que contiene terpinenos, citronelol y mentol, flavonoides.
Propiedades Balsámica, antirreumática, diurética.
Modo de empleo Decocción, zumo, extracto fluido, tintura.
Nota La esencia que se obtiene de la planta contiene una concentración bastante baja, compensada sin embargo por su gran acción; su olor la asemeja a la del comino, aunque con un matiz algo distinto que la hace adecuada para la preparación de perfumes especiales. La planta ha proporcionado óptimos resultados en los casos de hemorroides sanguíneas, disminuyendo con la decocción, la congestión y el dolor. Mitiga además, en enjuagues, las inflamaciones bucales. Fue utilizada como hemostática y vulneraria en general por la concentración de taninos presentes, aunque con pobres resultados que han aconsejado dejar de usarla.

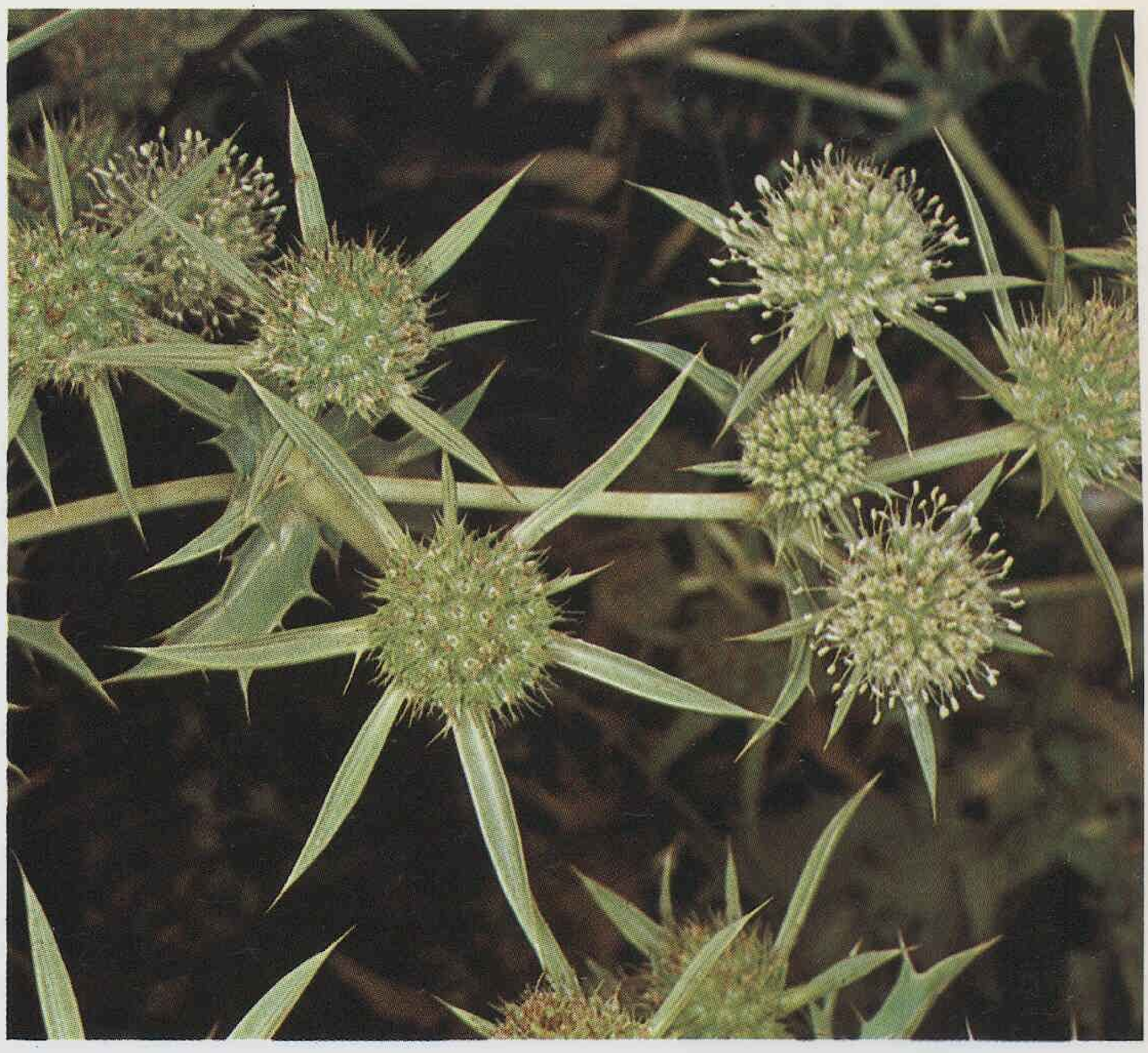




124 CARDO CORREDOR

(Cat.: *card panical;* eusk.: *txori-gardu*)
Eryngium campestre

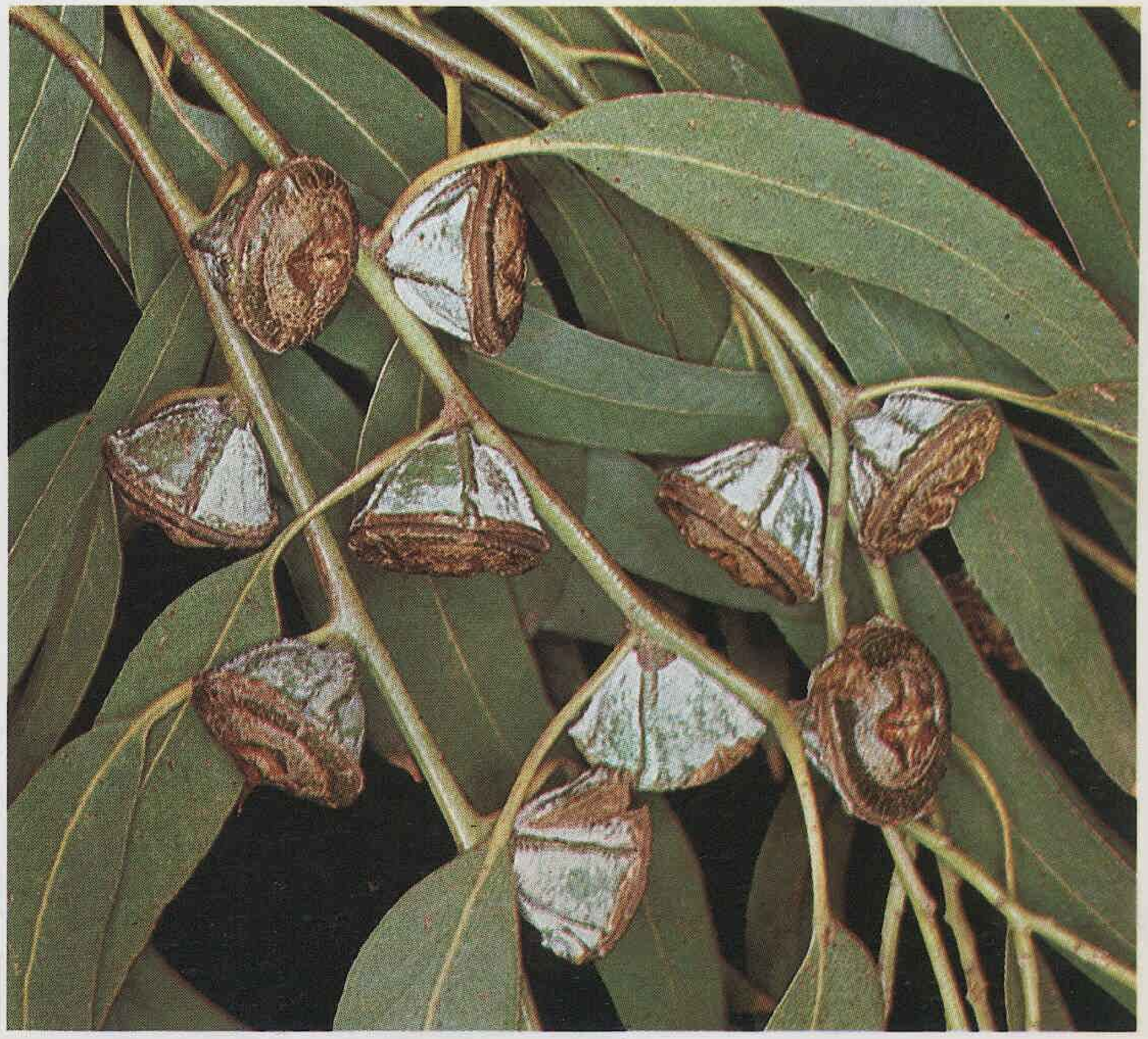
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta herbácea baja, que alcanza los 60-70 cm de altura, provista de una raíz grande y amarillenta. Las hojas son coriáceas, tripinnatopartidas, con lóbulos triangulares de cantos vivos y puntiagudos, parecidos a acúleos; las inferiores disponen de un largo pecíolo de forma casi triangular; las superiores poseen en cambio un pecíolo paulatinamente más corto hasta convertirse en sésiles y ocasionalmente en amplexicaules. Las flores se agrupan en cabezuelas sobre inflorescencias en umbela. Las cabezuelas presentan en la base cinco espinas. El cáliz está formado por cinco largas lacinias, terminadas en punta, mientras que la corola es pentapétala y blanca. Los frutos son subovalados, romboidales, divididos en dos aquenios aculeados. Es muy común en los lugares áridos desde el litoral hasta las zonas montañosas. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Saponina, taninos, sacarosa, cinesina, inulina, resina, goma.
Propiedades Diurético, sudorífero, espasmolítico, galactófugo.
Modo de empleo Decocción, tintura, enolito, polvos.
Nota El cardo corredor es a menudo utilizado en las composiciones ornamentales secas, y mantiene el color durante mucho tiempo. La raíz es comestible y puede consumirse después de su cocción. Es de fácil digestión.



125 EUCALIPTO

(Cat.: *eucaliptus;* eusk.: *eukalitu*)
Eucalyptus globulus

Familia Mirtáceas.
Descripción Árbol de grandes dimensiones, de tronco liso y corteza fácilmente separable. Las hojas jóvenes, muy distintas de las adultas, son sésiles, dispuestas a pares, de color ligeramente azulado. Las adultas, que crecen sobre las ramificaciones más viejas, son alternas, disponen de un robusto pecíolo, y tienen forma de hoz con la base foliar asimétrica. La flor es apétala, con un cáliz que se ensancha en cuatro costillas, cerrado por una especie de capuchón que se pierde al llegar la floración. El fruto es una cápsula coriácea de forma característica que libera numerosas semillas. Esta planta procede de Australia, pero se ha aclimatado perfectamente en varias regiones del mundo. Prefiere los lugares húmedos, pantanosos. Se recolecta de junio a octubre.
Partes utilizadas Las hojas adultas sin pecíolo.
Compuestos químicos Aceite esencial (hasta un 80 % de eucaliptol), aldehídos, hidrocarburos, pineno, canfeno, azuleno, tanino, resina.
Propiedades Balsámico, hipoglucemizante, antiséptico.
Modo de empleo Infusión, fumigación, extracto fluido, cigarrillos, tintura, polvo, esencia.
Nota Para su rápido crecimiento este árbol requiere considerables cantidades de agua. Antaño fue intensivamente cultivado en las zonas palúdicas por considerar que podía desarrollar alguna acción contra las fiebres. En la actualidad se usa ampliamente en farmacia y para la fabricación de licores. Las flores las buscan las abejas y proporcionan una miel con idénticas propiedades que la planta.



126

Eugenia caryophyllata

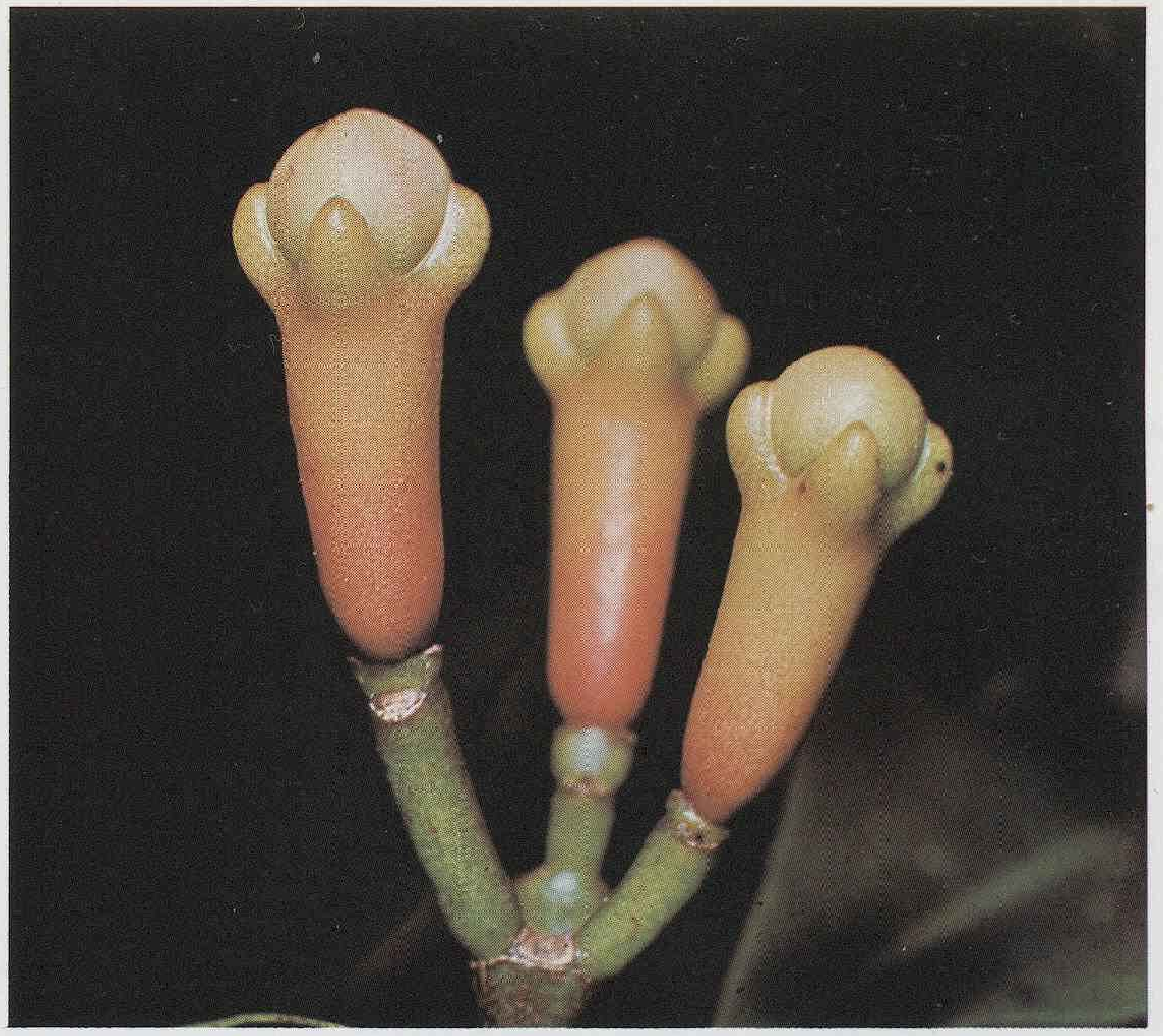
Familia Mirtáceas.
Descripción Árbol perenne, de unos 10 m de altura, con el tronco provisto de corteza amarilla pardusca. Las hojas son ovales, terminadas en punta, tanto en la extremidad basal como en la apical. Pecíolo largo, al menos como la mitad de la hoja. La lámina es lisa, verde, con nerviación central acentuada y abundantes glándulas transparentes, ricas en aceite esencial. Las inflorescencias se disponen sobre las ramas terminales y adoptan la forma de umbela de corimbos reunidos en una veintena de flores provistas de largo receptáculo, cilíndrico, con cuatro sépalos. La corola es tetrapétala, con los pétalos unidos estrechamente hasta el punto de formar una semiesfera colgante en el momento de la floración. El fruto está formado por una baya elipsoidal con dos pequeños lóculos opuestos que contienen numerosas semillas. Estos frutos se denominan comúnmente «clavos». Crece esta especie en las zonas de clima benigno de la zona oriental de Europa y también en Brasil. Se recolecta poco antes de la floración.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Eugenol, cariofileno, tanino, resina, mucílago, goma.
Propiedades Eupéptica, carminativa, antifermentativa, analgésica, antiséptica.
Modo de empleo Infusión, esencia.
Nota La esencia se obtiene en una proporción aproximada del 18 % y está mayoritariamente formada de eugenol. Se emplea en numerosos preparados odontálgicos por su elevado poder antiséptico. Se usa también en perfumería y en la fabricación de licores, y en la preparación de tintas. Actualmente se fabrican anastésicos a base de extractos de esta especie.

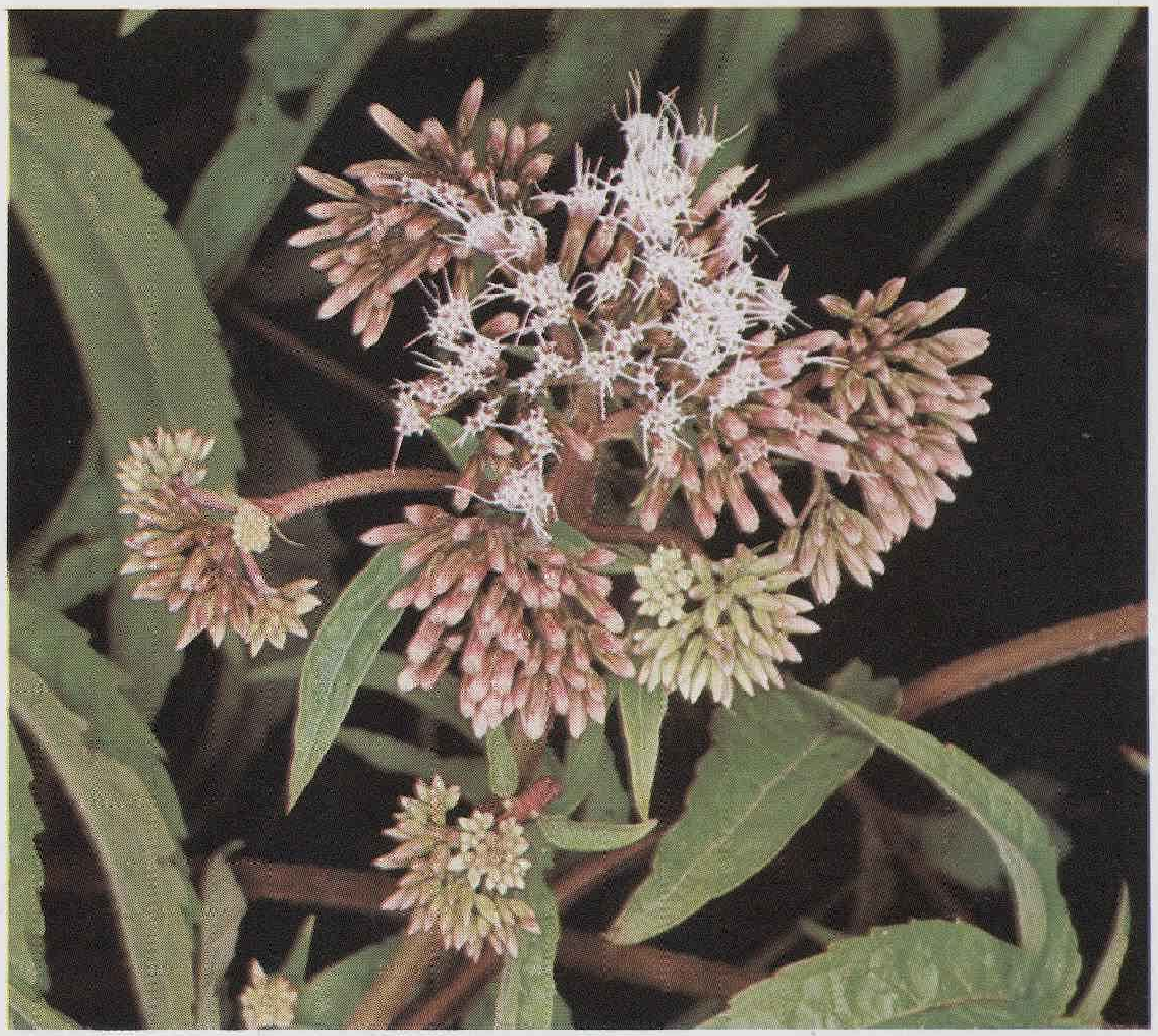
---

127 EUPATORIO

(Cat.: *eupatori;* eusk.: *ariketa*)
Eupatorium cannabium

Familia Compuestas.
Descripción De Eupátor, rey del Ponto, conocedor de venenos. Planta herbácea perenne con el tallo erecto ramificado, ligeramente anguloso, rojizo, y raíz blanca, fusiforme, provista de numerosas radículas. Las hojas son opuestas, pecioladas, palmadas, con los segmentos lanceolados y dentados. Las flores se agrupan en numerosas cabezuelas que forman a su vez un corimbo terminal de color púrpura, con glándulas débilmente aromáticas. El fruto es un aquenio negro con cinco costillas y un vilano blanco. Se trata de una planta muy común en los terrenos húmedos y a orillas de ríos y lagos. Puede llegar a medir más de 1,5 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas, hojas y raíz.
Compuestos químicos Eupatorina, inulina, tanino, resina, sales, esencia, valerianato de metilo.
Propiedades Las extremidades florales y las hojas: colagogas, depurativas, tónicas, diuréticas; raíz: laxante, diaforética, tónica.
Modo de empleo Infusión, decocción, polvos, enolito, agua destilada, tintura, extracto fluido.
Nota Esta planta es de uso muy antiguo por sus propiedades laxantes, que no producen ningún tipo de irritación. Fue utilizada también en las fiebres palúdicas, aunque su eficacia es dudosa. Actualmente, en el campo, se realizan fricciones sobre la piel de animales domésticos con zumo de esta especie a fin de alejar a los insectos. El agua destilada de las flores se ha empleado contra las legañas.





128 TÁRTAGO

(Cat.: *cagamuja;* eusk.: *sator-bedar*)
Euphorbia lathyris

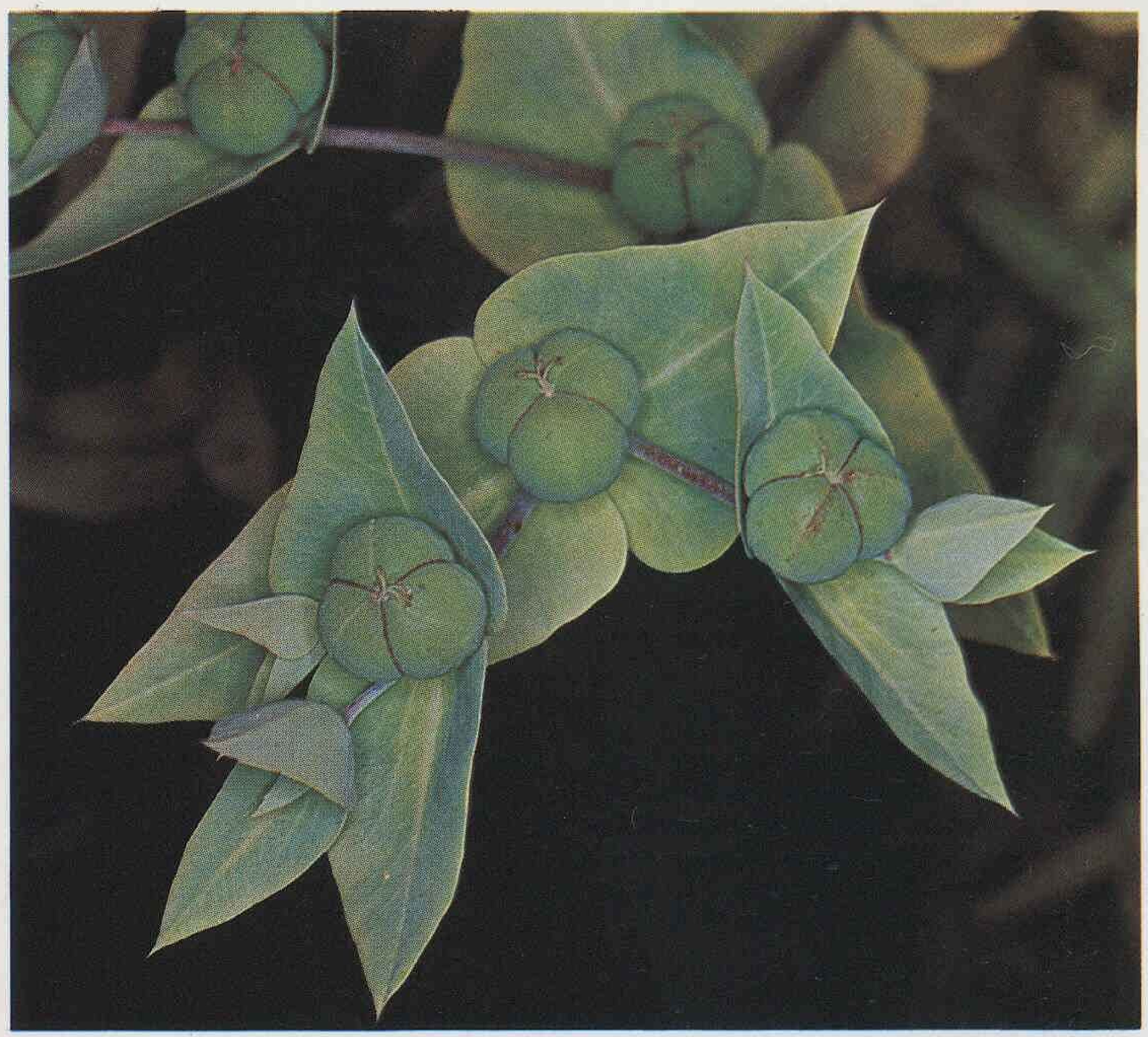
Familia Euforbiáceas.
Descripción Planta herbácea bianual, de aproximadamente un metro de altura, con raíz axonomorfa. El tallo es erecto, fistuloso, sostiene ramificaciones únicamente en el ápice. Las hojas son opuestas, decusadas, lanceoladas, anchas en la base, con el margen liso. La inflorescencia es una umbela provista de tres a cinco radios, brácteas acorazonadas o lanceoladas o bien ovales. Las flores son masculinas y femeninas: las primeras están formadas por largos estambres, mientras que las femeninas disponen de un ovario en la parte superior de las flores masculinas. Ambas floes poseen un invólucro en forma de cáliz acampanado. El fruto es una cápsula lisa trilocular que contiene semillas ovales oscuras y rugosas. Procede del sur de Europa y Asia oriental y actualmente crece por doquier.
Partes utilizadas Semillas, látex.
Compuestos químicos Semillas: resina, aceite fijo de los ácidos palmítico, esteárico y oleico. Látex: euforbona, resina, ácido gálico, málico, acético.
Propiedades Coricida, revulsiva, purgante.
Modo de empleo Polvos, aceite.
Nota A partir de las semillas se obtiene un aceite purgante que por su drástica acción ha dejado de ser utilizado. La resina de esta especie todavía no ha sido estudiada en profundidad y se piensa que puede sustituir, por sus propiedades, al curare. En ocasiones el látex se ha empleado como depilatorio, pero con resultados negativos a causa de la acción revulsiva que desarrolla.

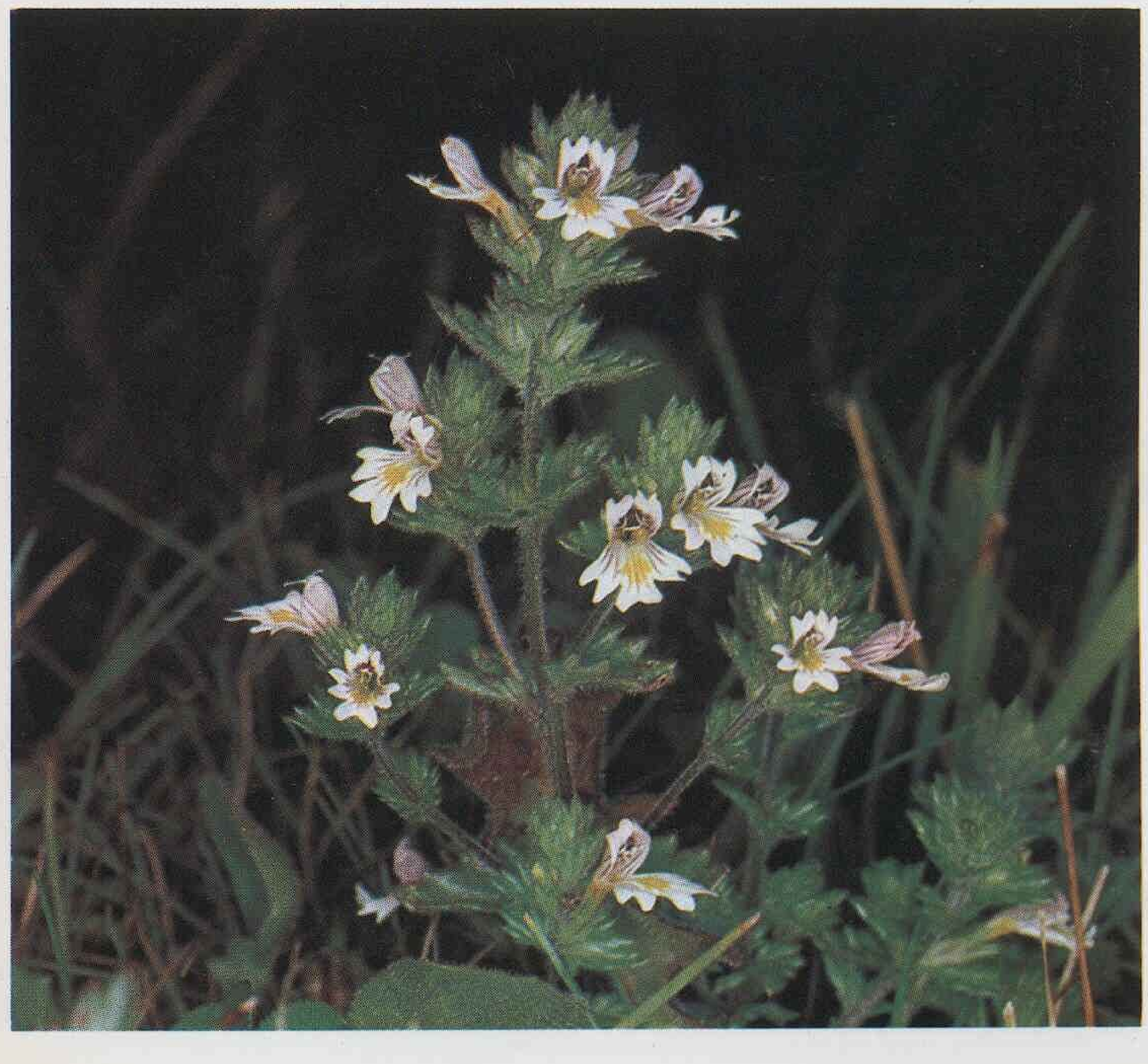
---

129 EUFRASIA

(Cat.: *eufràsia;* eusk.: *begi-belar*)
Euphrasia officinalis

Familia Escrofulariáceas.
Descripción Hierba anual provista de una pequeña raíz leñosa rastrera y tallo erecto, grácil, ramificado. Las hojas son sésiles, ovales, dentadas, ligeramente pubescentes. Flores solitarias dispuestas en la axila de las hojas, con brácteas muy parecidas a las hojas. El cáliz es acampanado y tubular, la corola labiada, de color blanco con bandas violeta. El androceo posee cuatro estambres, el gineceo es bilocular y posee un estilo delgado, con el estigma bilobular. El fruto es una cápsula oblonga y comprimida. Las semillas son ovoidales y rugosas. Crece con facilidad en los prados de la montaña media, húmedos. Mide por término medio 15 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Rinantina, tanino, esencia, colorante, sales.
Propiedades Tónica, digestiva, oftálmica.
Nota Esta especie es conocida desde antiguo como eficaz en el tratamiento de numerosas enfermedades oculares, y todavía en la actualidad se emplea para este uso a pesar de que no ha logrado determinarse si la acción medicamentosa reside en la resina o en el tanino. La planta, en medicina homeopática, se emplea además de las oftalmias en los resfriados. Su ligero sabor amargo hace que se emplee también como planta comestible en las ensaladas.





130 HAYA

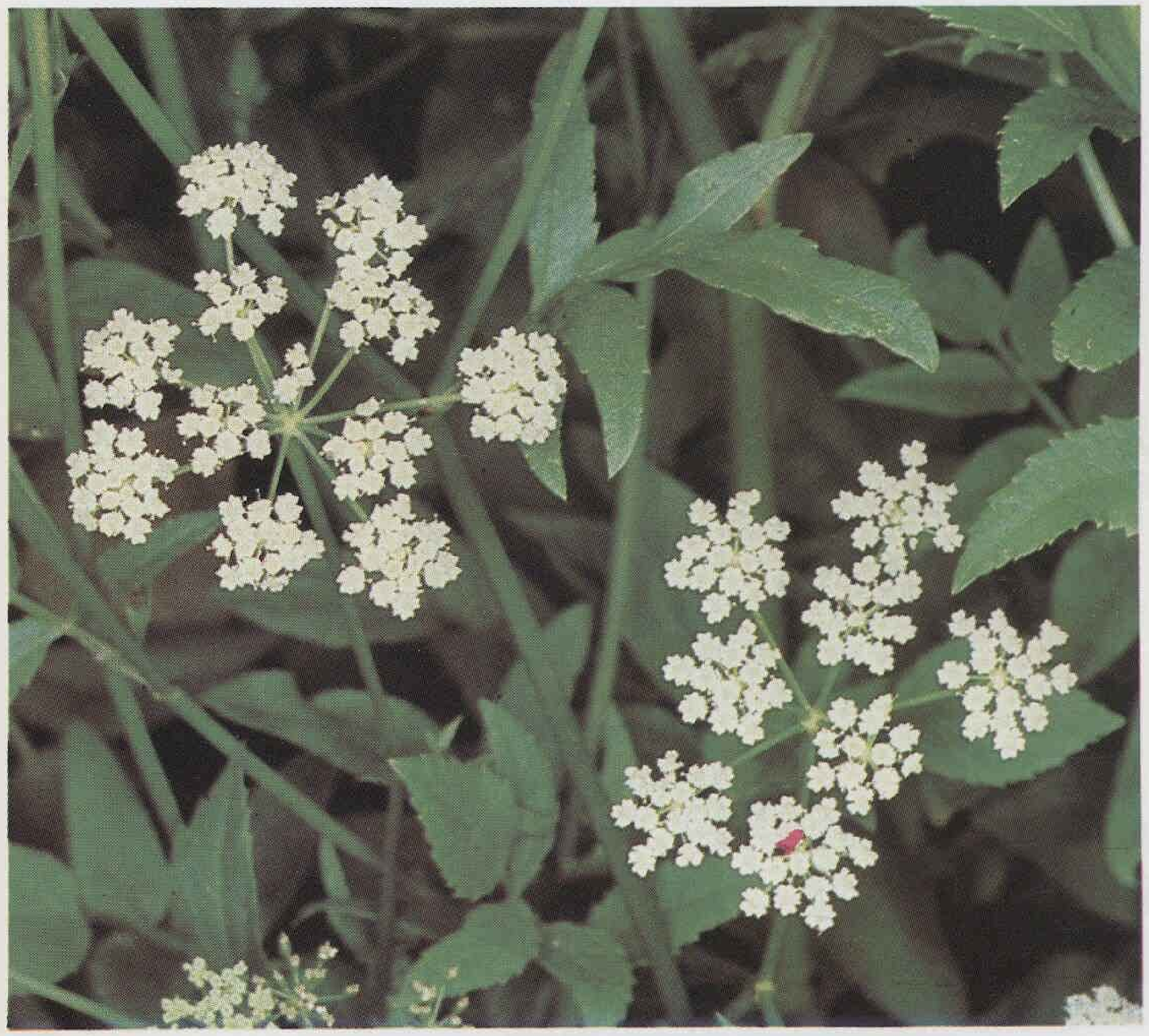
(Cat.: *faig;* eusk.: *pago*)
Fagus sylvatica

Familia Fagáceas.
Descripción Árbol que puede alcanzar hasta 30 m de altura, con el tronco recto y la corteza de color claro grisáceo. La copa está formada por numerosas ramas rojizas que sostienen hojas pecioladas, elípticas, con el ápice agudo, margen entero o dentado. Las flores masculinas se agrupan en glomérulos pedunculados y las femeninas se encierran en una especie de cúpula. El fruto es un aquenio encerrado en un pericarpio coriáceo tomentoso y espinoso (castaña). Los aquenios, denominados hayucos, son trigonales, lisos y de color pardo. El haya crece espontánea o cultivada en los bosques montañosos de toda Europa, preferentemente en las vertientes orientadas al Norte. Se recolecta a finales de primavera.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Guayacol, creosol, cresolina, florol, tanino.
Propiedades Expectorante, béquica, antiséptica, tosífuga, odontálgica, antipirética, antiácida.
Modo de empleo Decocción, cápsula gelatinosa, jarabe.
Nota A partir de la destilación seca de las ramas se obtiene un líquido aceitoso, de olor característico, denominado creosota. Es un compuesto fenólico que presenta propiedades balsámicas y antisépticas. La creosota pura, a pesar de no usarse en la práctica familiar, entraba a menudo en los compuestos odontálgicos. Los hayucos, muy buscados por las ardillas, son nutritivos y contienen un 20 % de aceite inodoro, estimado como sucedáneo del de oliva. Las cenizas de las ramas se emplean como tinte rubio de los cabellos. La creosota está contraindicada para los artríticos y los que padecen del riñón.

131 ASA FÉTIDA

Ferula asa-foetida

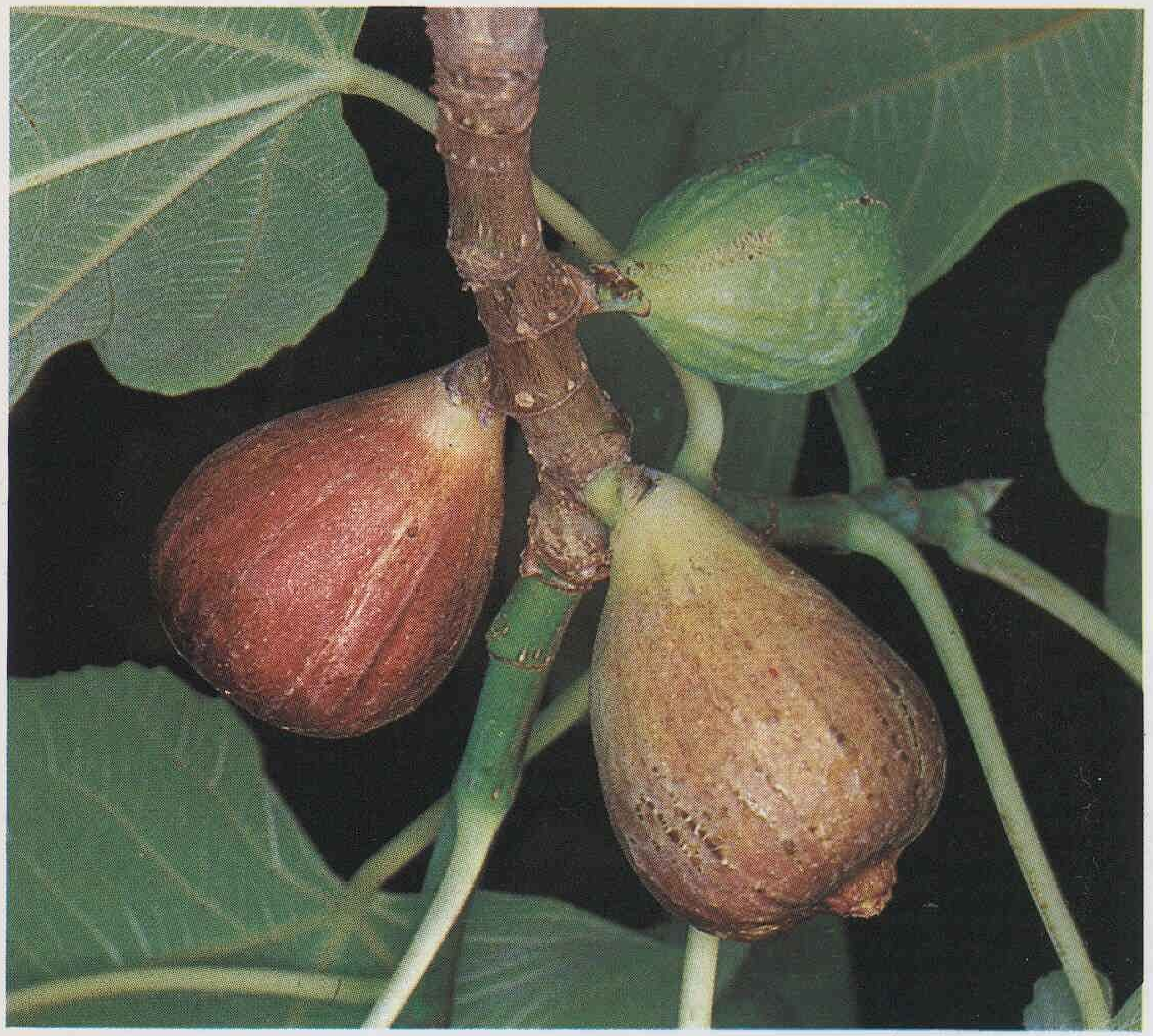
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta herbácea propia de Afganistán e Irán, que puede alcanzar hasta un metro de altura, con raíz axonomorfa grande y carnosa. Las hojas son pinnatocompuestas, portadoras de segmentos laciniados. El tallo es fistuloso y ramificado. Las flores se reúnen en umbelas apicales que sostienen hasta 50 radios, con pétalos enteros, ovales, con la extremidad retroflexible. Algunas veces muestran también invólucro a base de brácteas y bracteolas. El fruto es casi esférico o elipsoidal, aplastado, con el margen alado, membranoso. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La oleogomorresina, obtenida mediante incisión practicada en la raíz.
Compuestos químicos Asarresinotanol, ácido ferúlico, esencia de exenilo, disulfuro de exenilo, vainilla.
Propiedades Antispasmódica, cardiotónica.
Nota El asa fétida, tal como anuncia su nombre vulgar, posee olor desagradable aliáceo, muy nauseabundo. No obstante, las poblaciones locales de las regiones en las que crece espontánea la utilizan como condimento de los alimentos. Actúa sinérgicamente con el alcanfor, la valeriana y la nuez vómica, mientras que está contraindicada con los ácidos. Actualmente se emplea, en forma de tintura, como ligero cardiotónico.



132 HIGUERA

(Cat.: *figuera;* eusk.: *uztapiko*)
Ficus carica

Familia Moráceas.
Descripción Árbol con tronco cilíndrico, provisto de corteza lisa y grisácea, de hasta 4 m de altura, con abundantes conductos lactíferos. Las hojas, muy pecioladas, son tripentalobuladas con la base acorazonada de color verde oscuro, ásperas y pubescentes en la cara inferior. Las flores, monoicas, se agrupan en un receptáculo carnoso, denominado siconio, que adopta tonos desde el verdoso al violeta muy oscuro. Los frutos son aquenios incluidos en la pulpa del siconio, que suele confundirse con el verdadero fruto de la higuera. Procede de Asia Menor, y se cultiva por doquier, bien a través de vástagos o por injerto sobre pies de cabrahígo.
Partes utilizadas El siconio.
Compuestos químicos Azúcares, proteínas, sales, vitaminas A y B, goma.
Propiedades Pectoral, laxante, emoliente, energética, antiforunculótica.
Modo de empleo El uso más frecuente del siconio es como comestible, dado su alto contenido en principios nutritivos, pero también puede utilizarse como decocción o emplasto.
Nota Un higo proporciona un elevado número de calorías, es de fácil digestión y asimilación. El látex blanco que emana de las hojas cortadas contiene quimasa (con acción coagulante de la leche), lipasas, amilasa, proteasas, al igual que un enzima diastásico, lo que justifica su uso para la maceración de la carne. Actúa también como analgésico en las picaduras de insectos. Las hojas de la higuera de la variedad de fruto negro sirven en decocción como tintura para ennegrecer los cabellos, mientras que la decocción de los brotes jóvenes actúa como un óptimo pectoral.

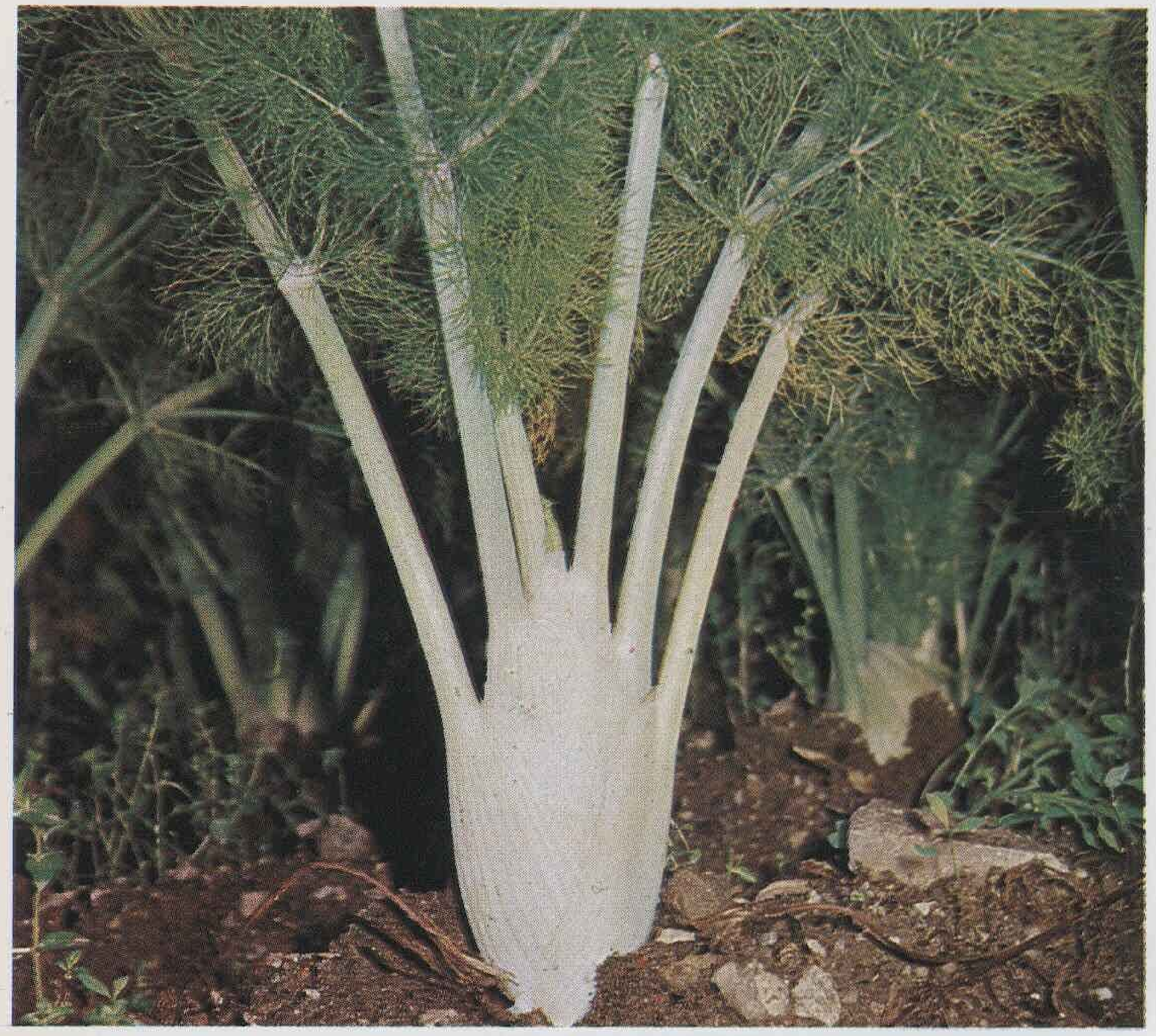


---

133 HINOJO

(Cat.: *fonoll;* eusk.: *mieloi*)
Foeniculum vulgare

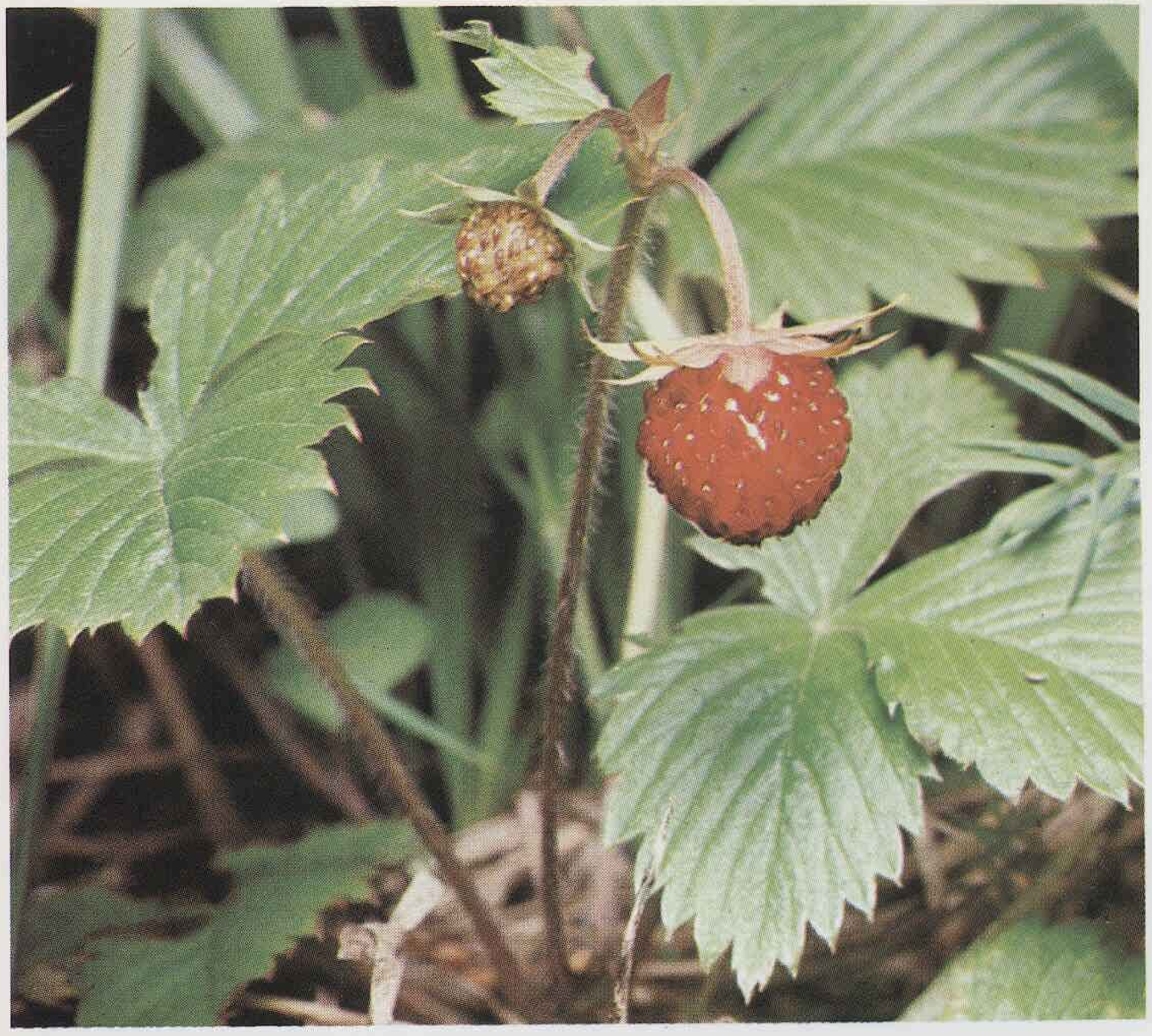
Familia Umbelíferas.
Descripción Del latín *foeniculum,* heno, alusión a la estructura foliar. Es una planta bianual, de hasta 2 m de altura, provista de una gran raíz fusiforme, casi siempre bífida. Las hojas, muy pecioladas y laciniadas, poseen una gran vaina carnosa amplexicaule, comestible. Las flores se agrupan en pequeñas umbelas que a su vez constituyen una umbela mayor. La corola es pentapétala, con los pétalos de color amarillo. El fruto está formado por dos aquenios de forma ovoidal con costillas aparentes. No es común localizar la forma selvática, pero es muy frecuente como hortaliza. Se recolecta de agosto a noviembre, y espontáneo crece sobre terrenos baldíos.
Partes utilizadas La raíz y los frutos.
Compuestos químicos La esencia contiene: anetol, pineno, canfeno, limoneno, felandreno, pectina, grasas, azúcares, oxalato de calcio, almidón. Se obtiene un aceite esencial mediante destilación de los frutos, en una proporción del 3 al 7 %, posee olor típico, color verdoso y densidad media de 0,97.
Propiedades Carminativo, galactogogo, diurético, emenagogo, expectorante, antispasmódico.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, enolito, esencia.
Nota Los frutos son ampliamente utilizados en la fabricación de licores y como conservantes en numerosas preparaciones caseras. La esencia posee poder bactericida y en las lactantes se transmite a través de la leche. A elevadas dosis es convulsiva y, si la consumen los animales, los vuelve temerosos. A partir del hinojo se obtiene una sustancia colorante amarilla.



134 FRESA

(Cat.: *maduixera;* eusk.: *arragatze*)
Fragaria vesca

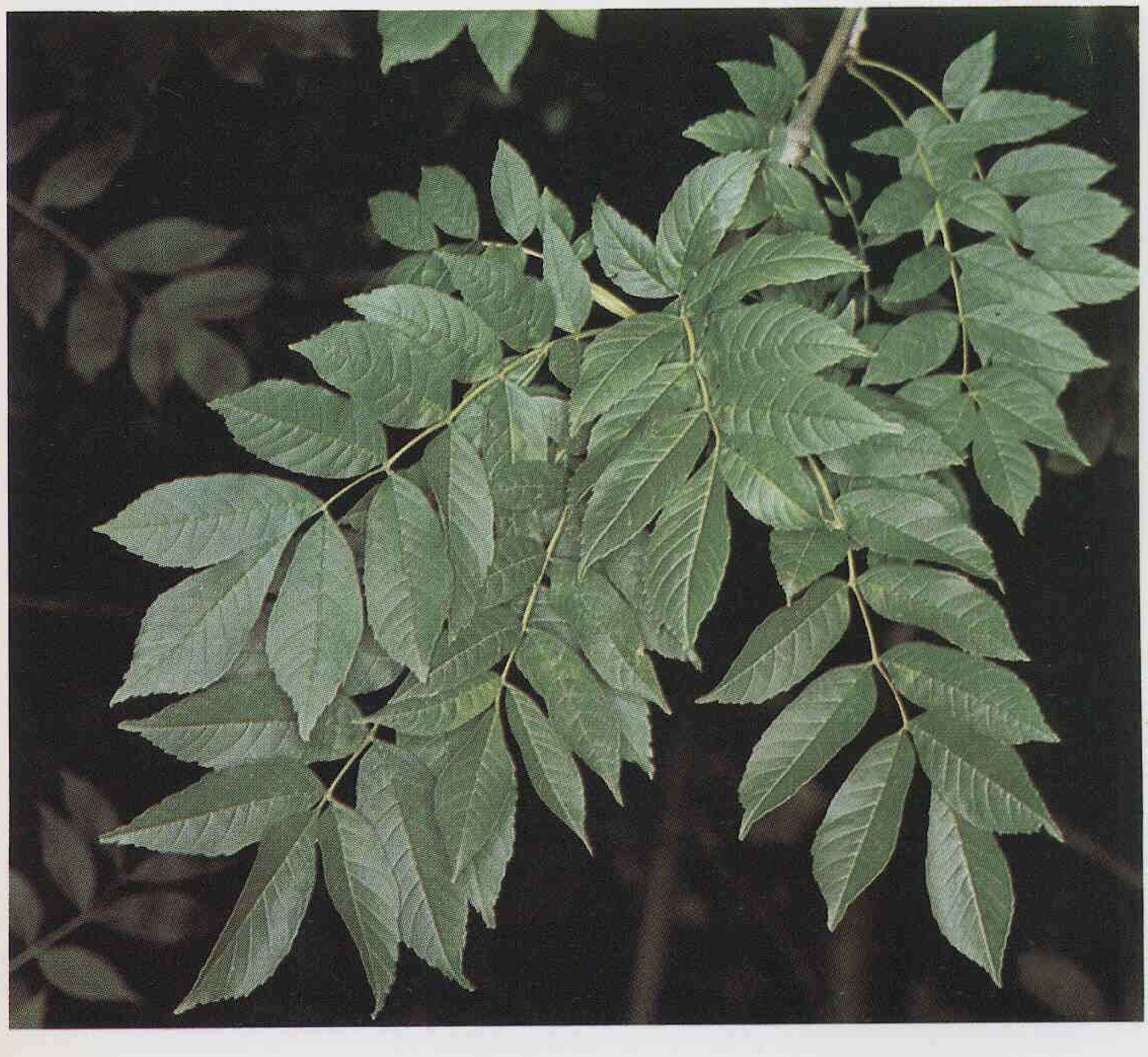
Familia Rosáceas.
Descripción Deformación del latín *fragrans,* fragrante. Planta provista de rizoma cilíndrico y tallos estoloníferos. De los puntos nodales de éstos nacen nuevas plántulas. A partir del rizoma surgen las hojas en roseta, muy pecioladas, ternadas, elípticas, aserradas, ligeramente pubescentes. Los tallos floríferos pueden alcanzar 20 cm de altura. La flor, blanca, presenta cinco pétalos y cinco sépalos. El falso fruto está formado por el receptáculo carnoso y lleva pequeños aquenios ovales. Crece espontánea en los bosques y linderos de zonas sombreadas y húmedas de toda Europa. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Tanino, alcoholes, mucílagos, sales potásicas.
Propiedades Astringente.
Modo de empleo Decocción, polvos, tintura.
Nota Las hojas son utilizadas en muchas zonas como agradable té, y también como cataplasma sobre pieles sensibles. Las fresas contienen vitaminas, proteínas, azúcares y sales. Son ideales para los uricémicos y diabéticos, y se utilizan además en la industria conservera. Las semillas presentan una elevada proporción de aceite con poder secante, semejante al del lino cocido y al del aceite de nuez. La fresa es además muy empleada en cosmética, para la preparación de cremas fortificantes.



135 FRESNO

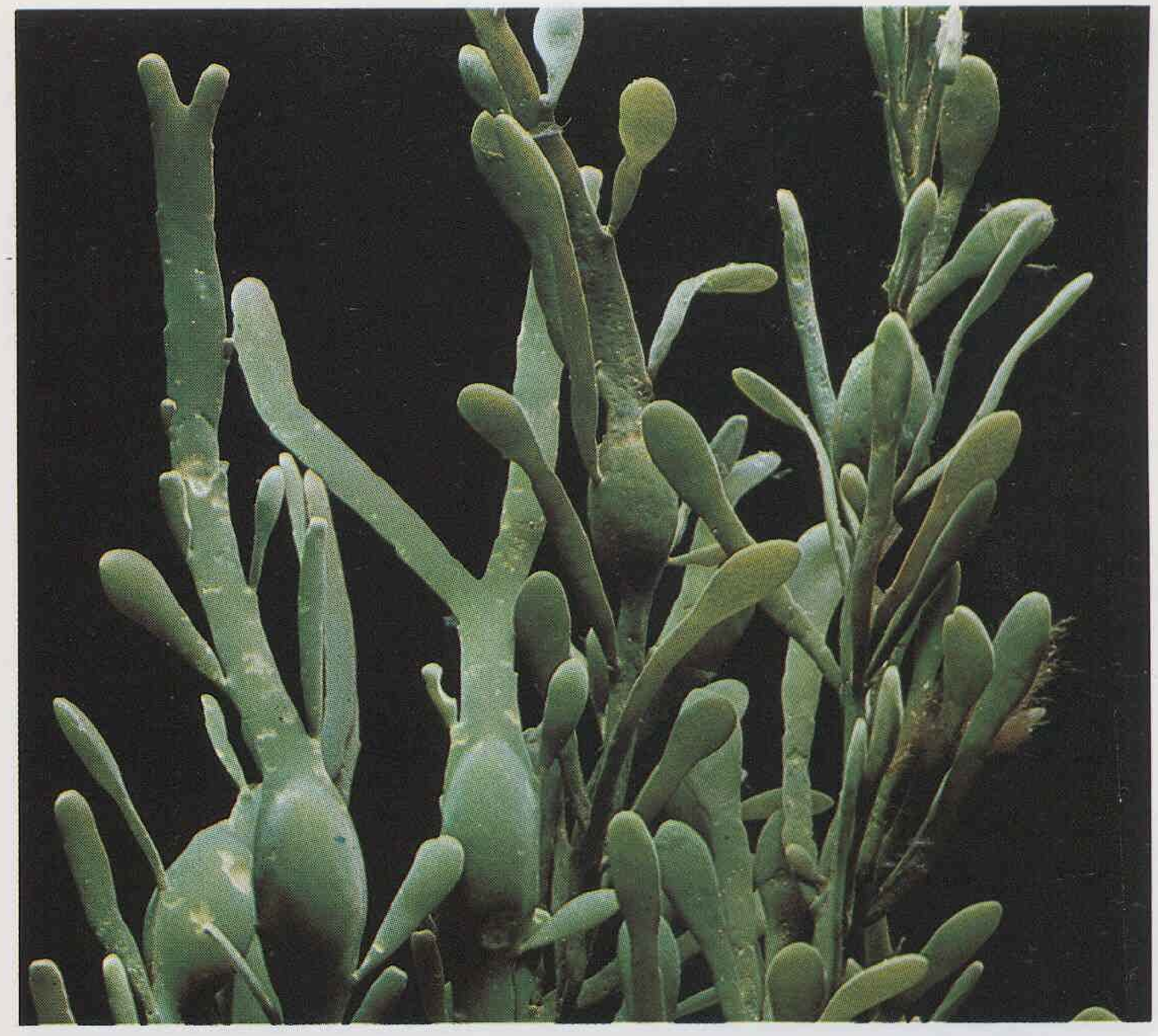
(Cat.: *freixe de fulla gran*)
Fraxinus excelsior

Familia Oleáceas.
Descripción Árbol muy alto provisto de tronco grueso y corto que se ramifica a los 3-6 m. La corteza primero es lisa y después rugosa. Hojas opuestas imparipinnadas, sectas, con un pecíolo ensanchado en la base, corto, terminadas en punta, con los márgenes provistos de dientes distanciados, poco salientes, de color verde claro por la cara superior y ligeramente tomentosa por debajo. Las inflorescencias se reparten en masculinas y femeninas. Las flores se disponen en espiga y aparecen antes que las hojas a partir de yemas de las ramas de un año. Carecen de cáliz y de corola, pero disponen en cambio de dos estambres con polen. Entre uno y otro estambre se dispone el ovario, que con el tiempo se convertirá en el fruto. Este último es una sámara alada, alargada, truncada, de color verde a marrón oscuro, que permanece en el árbol hasta después de la caída de las hojas. Crece sobre suelos alcalinos y húmedos, y también se cultiva. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Corteza, hojas, frutos.
Compuestos químicos Ácido málico, inositol, manitol, quercitrina, tanino, goma, sustancia amarga.
Propiedades Eupéptico, laxante, diaforético, diurético.
Modo de empleo Decocción, infusión, tintura, polvos, cataplasma.
Nota El fresno es muy apreciado como árbol que proporciona madera para los trabajos de ebanistería. Se le atribuyó antaño acción de antídoto contra el veneno de las víboras. Las semillas contienen aceite comestible muy parecido al del girasol. Las hojas suministran una sustancia colorante verde.



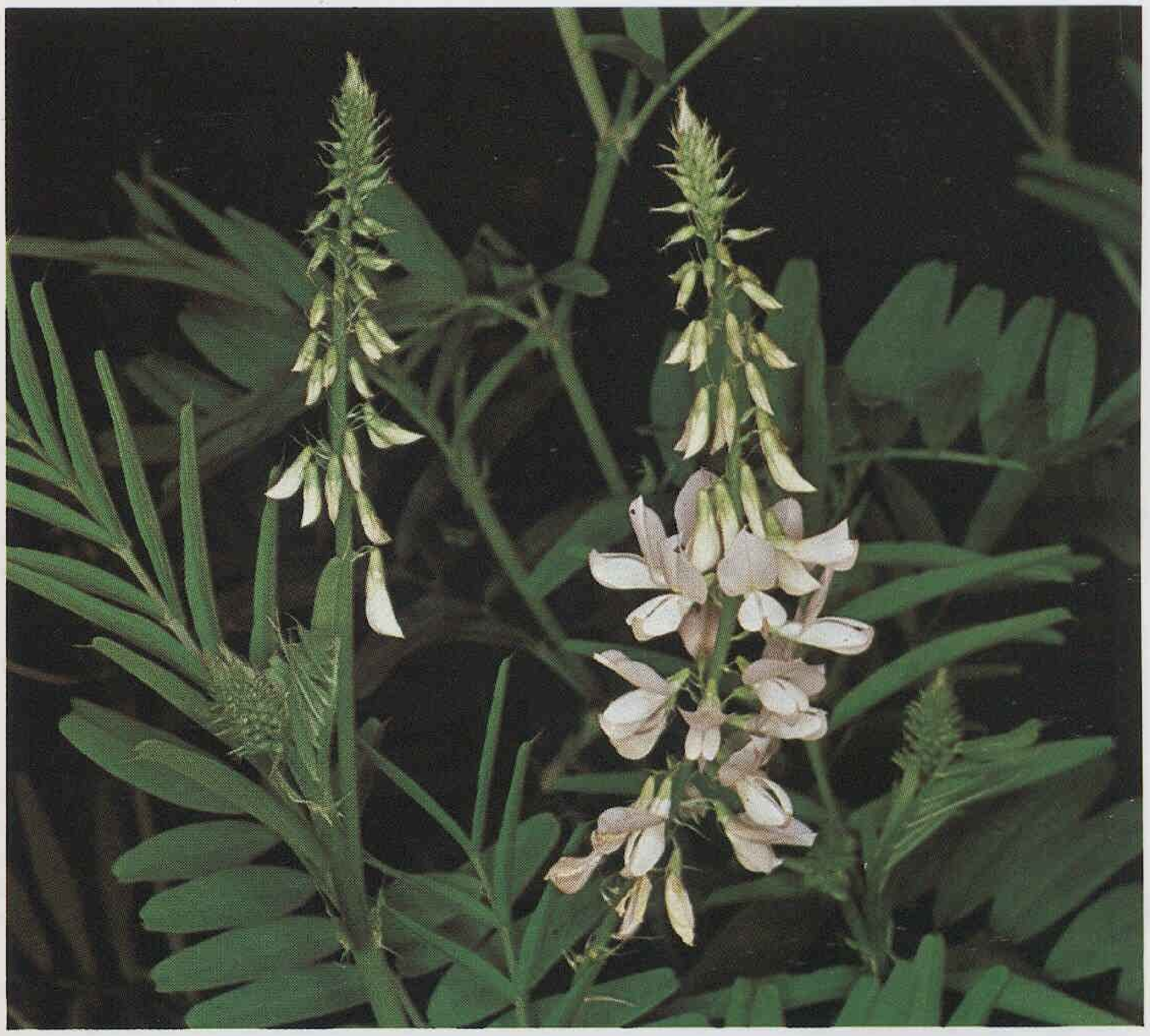
136 SARGAZO VEJIGOSO
(Eusk.: *gorrbel*)
Fucus vesiculosus

Familia Fucáceas.
Descripción Alga que crece en las costas del Atlántico. Vive fija a las rocas mediante un pie en forma de rizoide. El talo puede superar los 20 cm y se ramifica en formaciones acintadas dicotómicas recorridas por una costilla mediana. Presenta también vesículas elípticas, llenas de aire, que permiten la flotación. En el extremo del talo se disponen los órganos reproductores en forma de tubérculos que contienen abundantes esporas.
Partes utilizadas El talo.
Compuestos químicos Algina, ácido algínico, fucosa, yodo, bromo, potasio, manitol.
Propiedades Eficaz contra la obesidad, resolvente glandular.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, extracto seco.
Nota El alga posee como contraindicación el tanino, estrofanto, ácido cítrico, cafeína y nuez vómica. Además de su uso en farmacología se emplea industrialmente para la extracción de sales potásicas, de yodo, etc. Todos los productos adelgazantes del comercio contienen sargazo; sin embargo, sus numerosas contraindicaciones lo hacen de difícil aplicación. Muchos cosméticos a base de sargazo son beneficiosos por su acción liposoluble local.



137 GALEGA
(Cat.: *galega*)
Galega officinalis

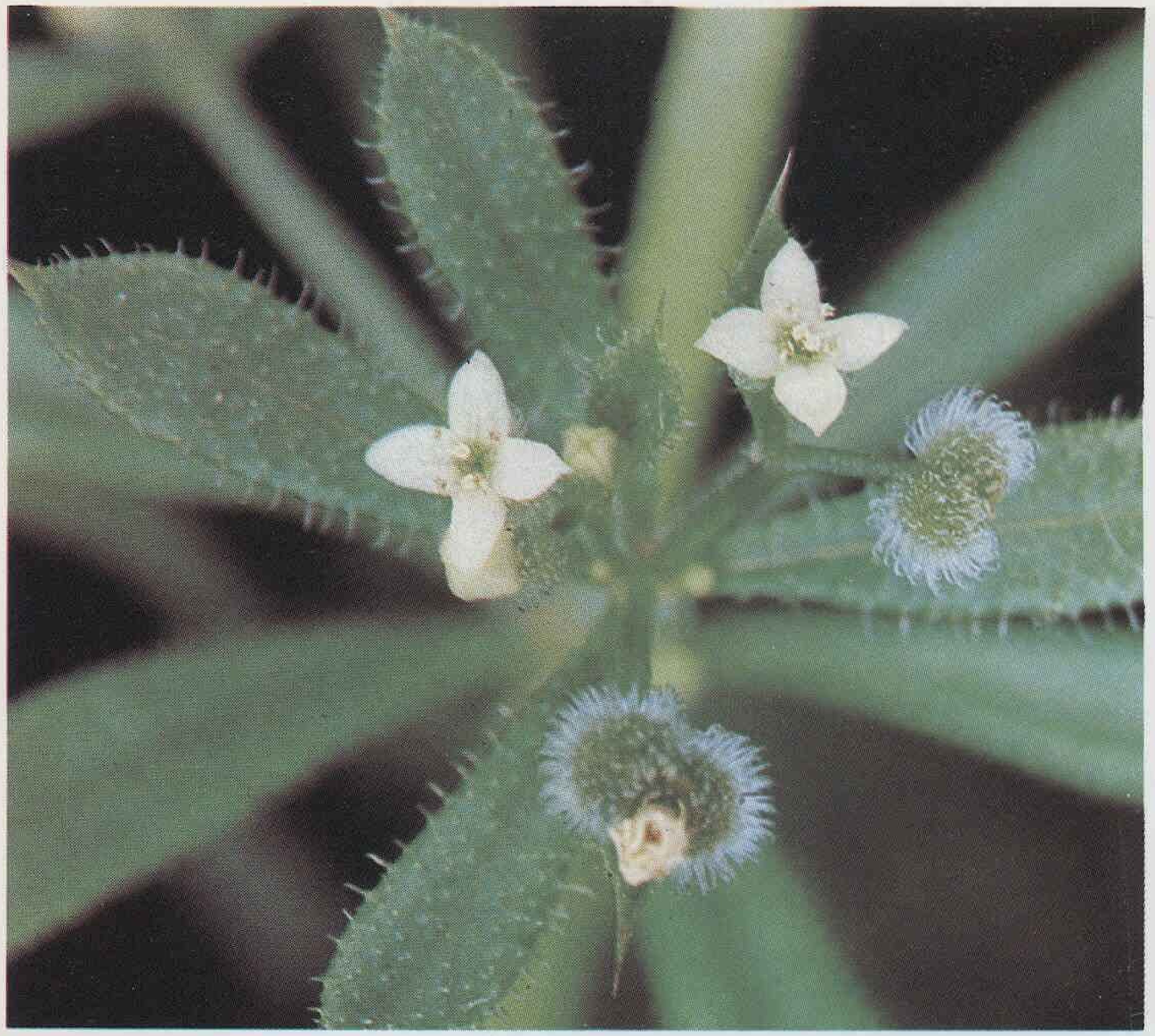
Familia Papilionáceas.
Descripción Planta herbácea provista de tallos erectos estriados, de hasta un metro de altura. Las hojas, pecioladas, son compuestas e imparipinnadas, con folíolos lanceolados, enteros, a veces algo truncados en los márgenes. Las flores se agrupan en racimos axilares muy pedunculados de color azul. El cáliz es acampanado con cinco dientes; la corola, idéntica a la de la judía, es carenada. El fruto es una legumbre cilíndrica, comprimida entre semilla y semilla, ligeramente estriada. Las semillas son reniformes, pardas, y están presentes en número de dos a seis. Esta especie no es muy común espontánea, aunque se cultiva en toda Europa. Crece preferentemente en las regiones submontáneas, próximas a estanques y cursos de agua. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Galegina, galacteolina, arginina, azúcar, grasa, saponina.
Propiedades Galactogoga, hipoglucemizante, diaforética.
Modo de empleo Infusión, tintura, jarabe, extracto fluido.
Nota La galegina posee una intensa acción hipoglucemizante. No se ha demostrado científicamente aunque sí ha sido probada la acción galactogoga de esta especie en el ganado alimentado con la galega como forraje. La producción de leche aumenta un 50 %. La planta se utiliza también en la técnica agrícola de la rotación, puesto que tiene un elevado contenido en nitrógeno. Se emplea en cosmética. Los extractos de la planta son incompatibles con la belladona y el alcanfor.



138 AMOR DE HORTELANO

(Cat.: *apegalós;* eusk.: *zia-belar*)
Galium aparine

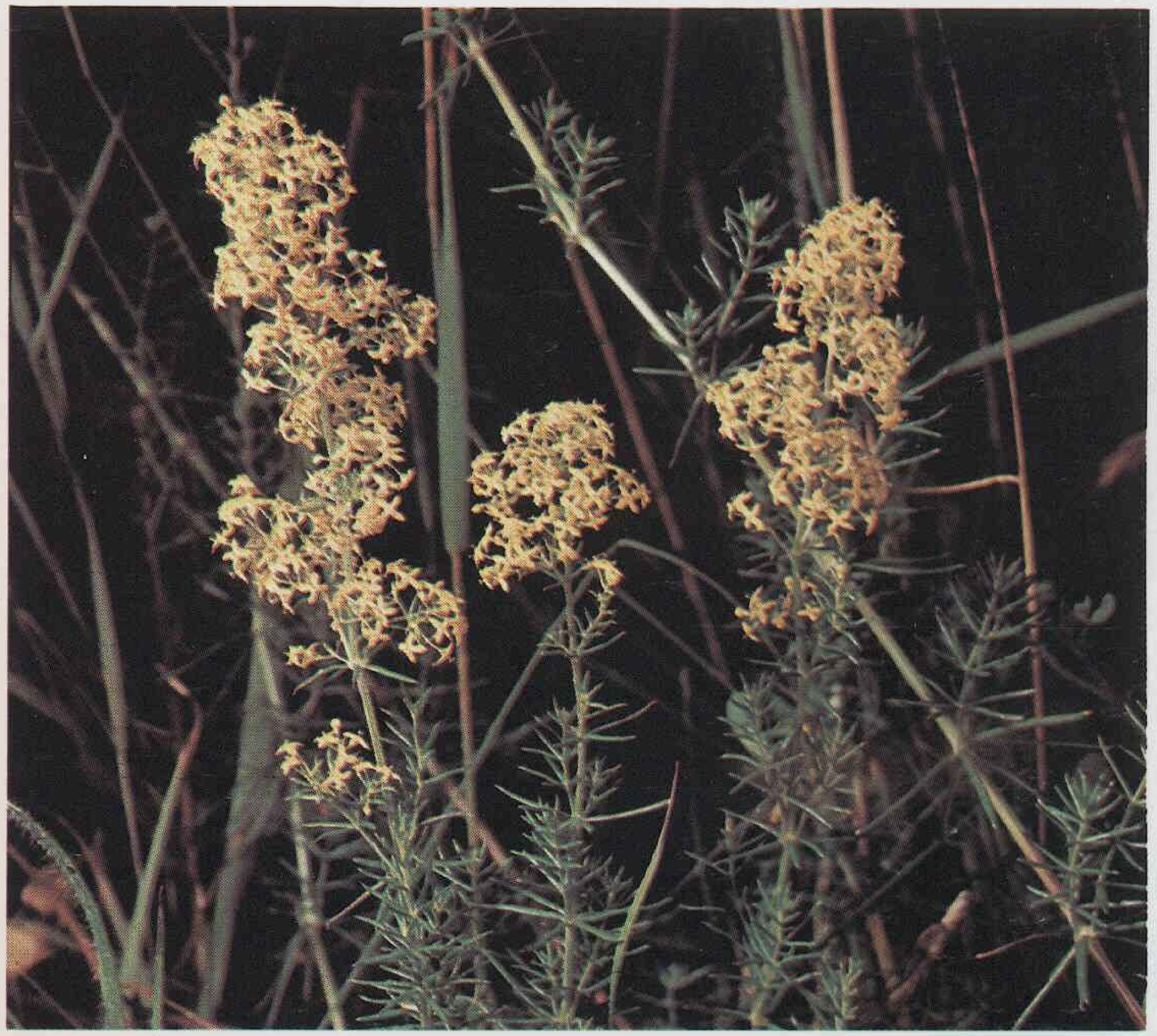
Familia Rubiáceas.
Descripción Hierba que puede alcanzar los 2 m de altura, con rizoma rastrero y tallo anguloso, cuadrado, blando, tomentoso. Las hojas se disponen en verticilos, lanceoladas, estrechas, aculeadas. Las flores, de color blanco verdoso, se reúnen en pedúnculos dispuestos en la axila de las hojas y al extremo del tallo. El fruto es una cápsula casi esférica, híspida, con dos tecas. Esta especie es común en las zonas baldías, en los setos, desde la llanura a las colinas, en toda Europa. Se recolecta a principios de verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Asperulina, ácido cítrico, almidón, colorante, ácido gálico.
Propiedades Dermopático, diurético, antiflogístico.
Modo de empleo Infusión, pomada.
Nota Al igual que con las otras especies de rubiáceas, mediante la decocción del rizoma se obtiene un colorante rojo. En aplicaciones locales, la planta triturada ha dado buenos resultados en las dermopatías. Las extremidades de los brotes jóvenes se emplean en menestras. En el pasado esta planta tuvo reputación de desarrollar una acción anticancerígena. Por ahora no se ha demostrado esta propiedad, aunque tampoco ha sido desmentida. En medicina homeopática se emplea en distintas aplicaciones.



139 GALIO

(Cat.: *gali;* eusk.: *zia-belar*)
Galium verum

Familia Rubiáceas.
Descripción Hierba provista de rizoma rastrero cilíndrico, del que parten tallos erectos de sección cuadrada, con ramificaciones y pequeños nudos. Las hojas, lineales, se agrupan en los nudos del tallo, disponen de un pequeño pecíolo y con la nerviación central marcada en la cara inferior. El margen es recto hacia la parte basal. Las flores se reúnen en espiga. La corola es amarilla, tetralobulada. El fruto es un diaquenio global, grisáceo, que contiene semillas rugosas. Esta especie puede alcanzar y superar el metro de altura. Espontánea, es muy común en todas partes, a lo largo de los caminos y en lugares baldíos. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Asperulina, asperulosina, elementos colorantes.
Propiedades Antiespasmódico, astringente, vulnerario.
Modo de empleo Infusión, tintura, liparolito, cataplasma.
Nota El galio se utilizó antaño para la preparación de quesos, dadas sus cualidades coagulantes. En algunos hogares se sigue empleando para obtener una sustancia colorante roja a partir de las raíces, mientras que las extremidades florales proporcionan un color amarillo. Las semillas se han usado como sucedáneo del café, junto a otros cereales tostados. La planta fresca triturada se extiende sobre las pieles enrojecidas y con eritemas, y desarrollan un efecto antiflogístico.



140 GENCIANA DE KOCH

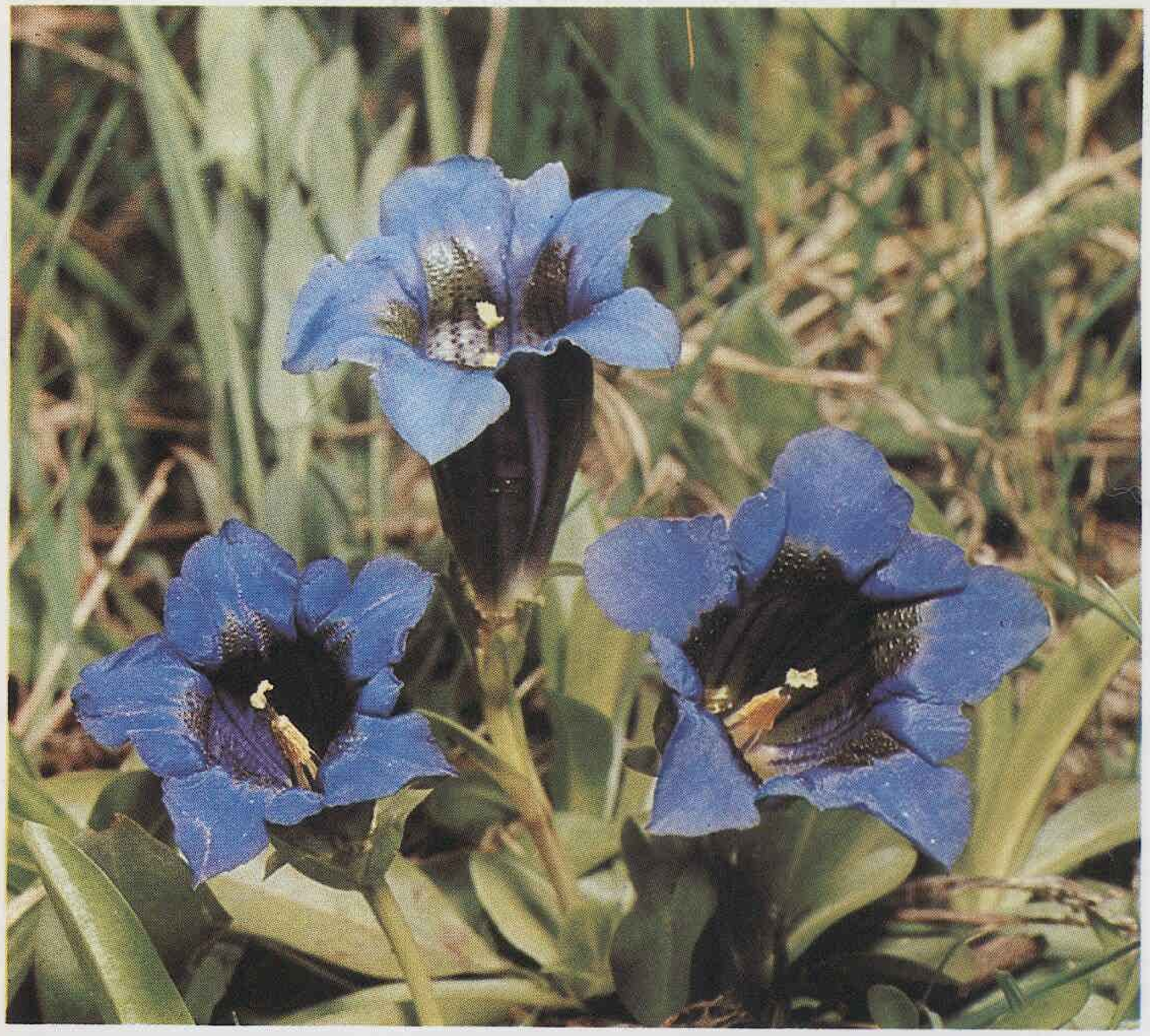
(Cat.: *gencianeta de tardor*)
Gentiana kochiana

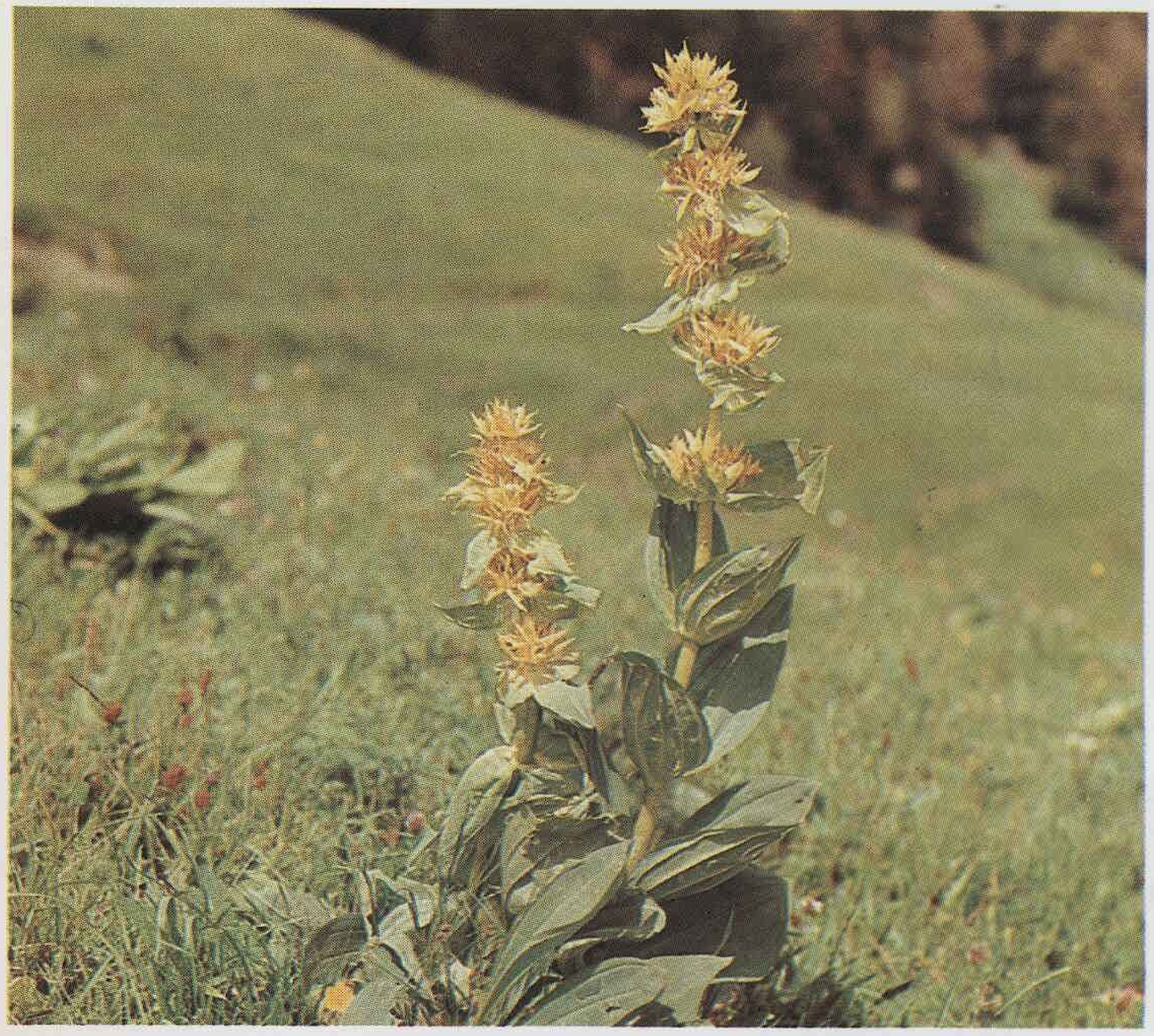
Familia Gencianáceas.
Descripción Planta provista de raíz fusiforme, prácticamente acaule. Las hojas se disponen en una roseta basal, son oblongas, lanceoladas, verdes, con nerviación y el margen dentado. Las hojas caulinares son muy pequeñas, ovaladas, opuestas. La flor es apical sobre un corto pedúnculo, con el cáliz tubular pentadentado, con dientes pequeños y ovales. Corola tubular pentalobulada, azulada. El fruto es una cápsula bivalva con numerosas semillas. No supera los 10 cm de altura. Es bastante común en los prados silíceos alpinos. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Genciocaulina, ácido tánico, ácido gálico, azúcares.
Propiedades Antipirética, digestiva, amargotónica, colerética.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, enolito.
Nota Esta especie presenta propiedades parecidas a las de otras gencianas más conocidas, y se emplea en licorería para la preparación de distintas bebidas amargas. Utilizada externamente, la infusión presenta la propiedad de aclarar las pecas. La planta es antipirética y manifiesta incompatibilidades con otros productos.

141 GENCIANA

(Cat.: *genciana;* eusk.: *errosta*)
Gentiana lutea

Familia Gencianáceas.
Descripción Planta herbácea perenne con raíz axonomorfa, bastante gruesa, muy larga; la planta puede alcanzar y superar el metro de altura. Tallo erguido y liso. Hojas ovales puntiagudas, sésiles las superiores y con cinco nervios; en cambio, en las hojas basales el margen se estrecha hasta formar un pecíolo grueso; opuestas a pares. Las flores, de color amarillo, se reúnen en verticilos dispuestos en la axila de las hojas más altas. El cáliz está dividido en cinco pequeños dientes y la corola es pentapétala. Los frutos son cápsulas ovoidales uniloculares. Las semillas, de color pardo, están comprimidas. Esta especie crece espontánea en las regiones montañosas. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Genciopicrina, gencina, genciocaulina, genciamarina, azúcares, aceite esencial, tanino.
Propiedades Amarga, colagoga, antipirética.
Modo de empleo Infusión, polvos, enolito, tintura, extracto fluido.
Nota Posiblemente la raíz de esta especie sea la más amarga de todas las conocidas. Está contraindicada a los pletóricos, puesto que posee acción hemopoyética. Se utilizó en lugar de la quinina en el tratamiento de la malaria. Interviene en todos los licores amargos. A partir de las raíces jóvenes puede obtenerse alcohol después de la maceración de las mismas.





142 EDORIUM

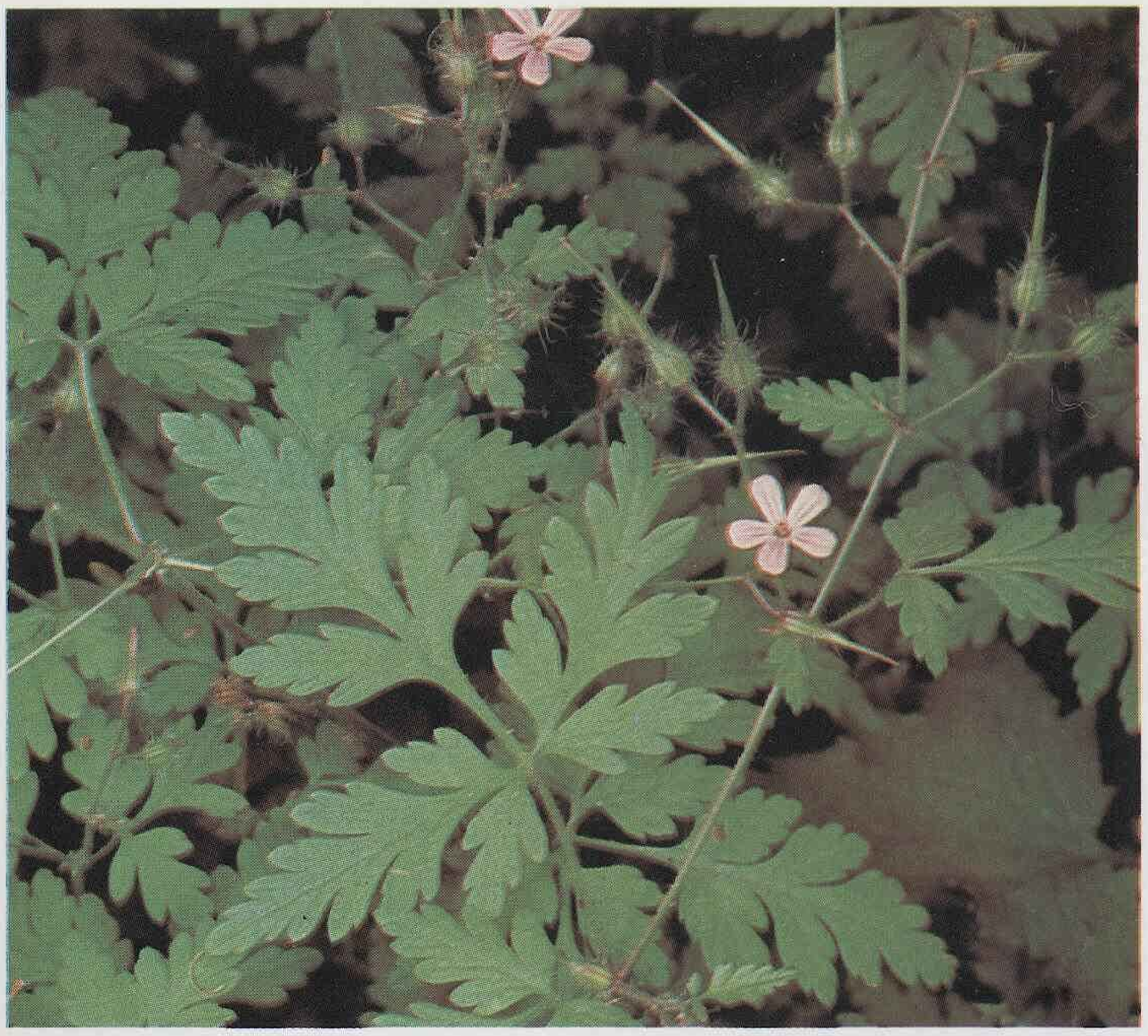
Geranium robertianum

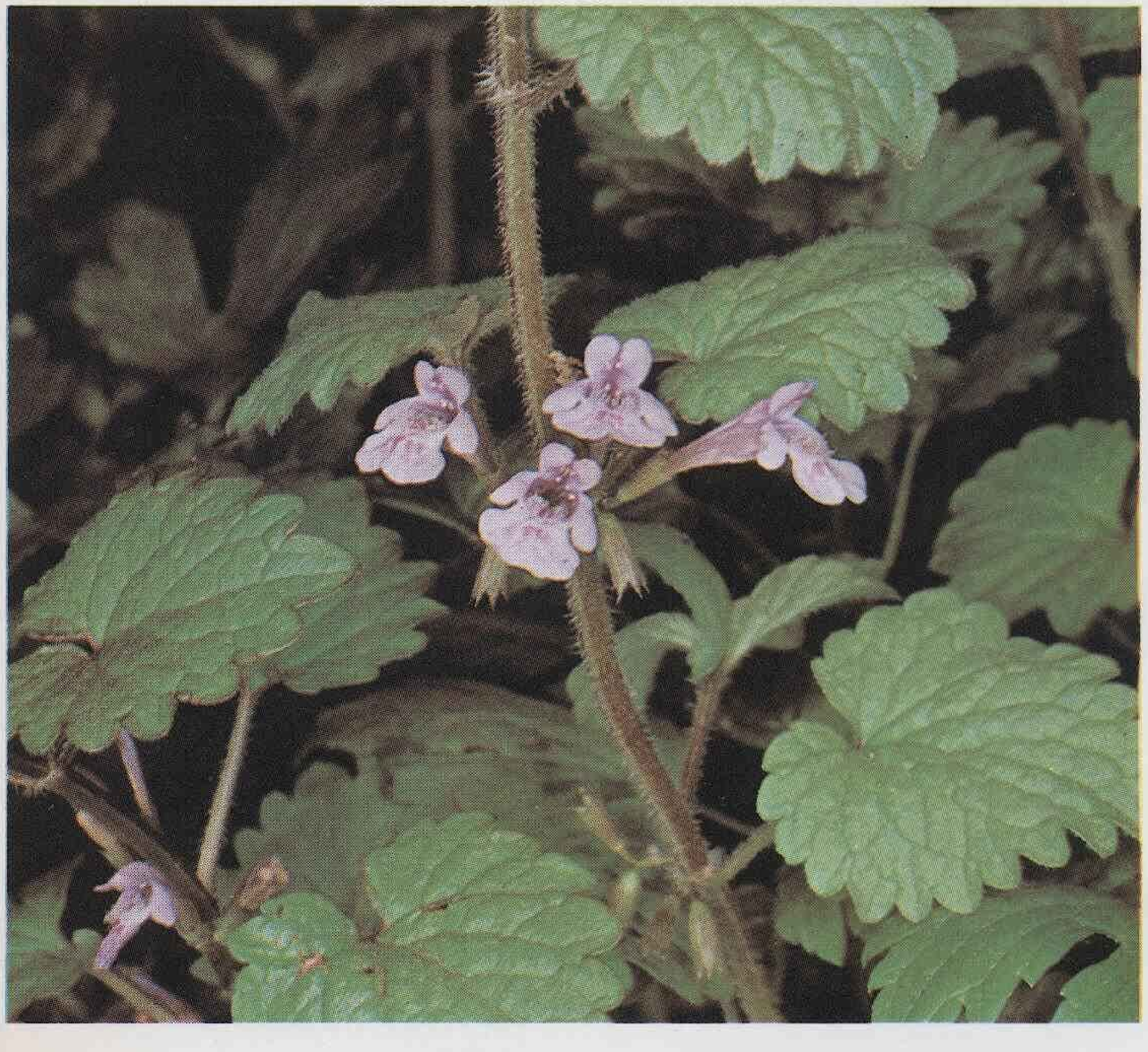
Familia Geraniáceas.
Descripción Del griego *gheranos,* grulla, porque el fruto de esta especie se asemeja al pico de esa ave. Hierba anual o bianual, pubescente, glandulosa, provista de una pequeña raíz axonomorfa y tallo erguido de color rojo. Las hojas son muy pecioladas, verdes, palmatosectas con segmentos pinnatopartidos. Las flores, en pedúnculos en la axila de las hojas, son de color rosa. Cáliz pentasépalo y corola pentapétala. El fruto está compuesto por cinco carpelos independientes que contienen una semilla con un cotiledón. Toda la planta desprende olor desagradable y es tomentosa. Es muy común en el sotobosque y también en los terrenos llanos húmedos. La planta puede alcanzar hasta 30 cm y se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Geraniina, ácido elágico, ácido gálico, tanino, resina.
Propiedades Vulneraria, antidiarreica, antirreumática.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, cataplasma.
Nota Una serie de pruebas realizadas han demostrado una efectiva acción antiglucosúrica al utilizar el extracto fluido de esta especie. En el pasado la planta se utilizó también en las oftalmias aprovechando la presencia del ácido gálico. Según la teoría de la señal (doctrina médica de los siglos XVI y XVII según la cual las plantas medicinales y los minerales presentaban en la forma o en el color alguna señal de su eficacia terapéutica) se atribuía a la planta facultad para regenerar la sangre. Aplicaciones externas desarrollan una acción antirreumática.

143 HIEDRA TERRESTRE

(Cat.: *heura de terra;* eusk.: *amuntz*)
Glechoma hederacea

Familia Labiadas.
Descripción Planta herbácea perenne bastante común y fácilmente reconocible a pesar de que no tiene nada en común con la hiedra trepadora. Algunas ramificaciones rastreras disponen de raíces a nivel de los nudos, mientras que otras son erguidas y sostienen las flores. Las hojas son reniformes, provistas de largos pecíolos. La lámina es verde y posee el margen constituido por pequeños lóbulos muy próximos, con una nerviación que le da un aspecto rugoso. Las flores, de color azul violáceo, se reúnen en grupos de 2 a 4-5 y poseen en la base bracteolas. El cáliz es pentasépalo, tubular y tomentoso. Las anteras distinguen a esta especie, puesto que es la única labiada en la que se disponen a pares, unidas y entrecruzadas. La corola tubular posee dos labios: el superior con dos lóbulos y el inferior con tres. El fruto está formado por cuatro aquenios ovoidales lisos, algo oscuros y circulares. Crece por lo general en lugares húmedos en el llano y en los linderos del bosque. Se recolecta preferentemente a finales de junio.
Partes utilizadas Las partes aéreas.
Compuestos químicos Sustancia amarga (glecomina), aceite esencial, tanino, colina.
Propiedades Béquica, galactófoga, antineurálgica.
Modo de empleo Infusión, jarabe, extracto fluido.
Nota Es una de las especies denominadas «de san Juan», por el período de recolección. Las hojas, desecadas y mezcladas con las de verbena, se utilizan como sucedáneo del té. En algunas localidades los brotes tiernos se añaden a las ensaladas a modo de ligero aromatizante.





144 GLOBULARIO MAYOR

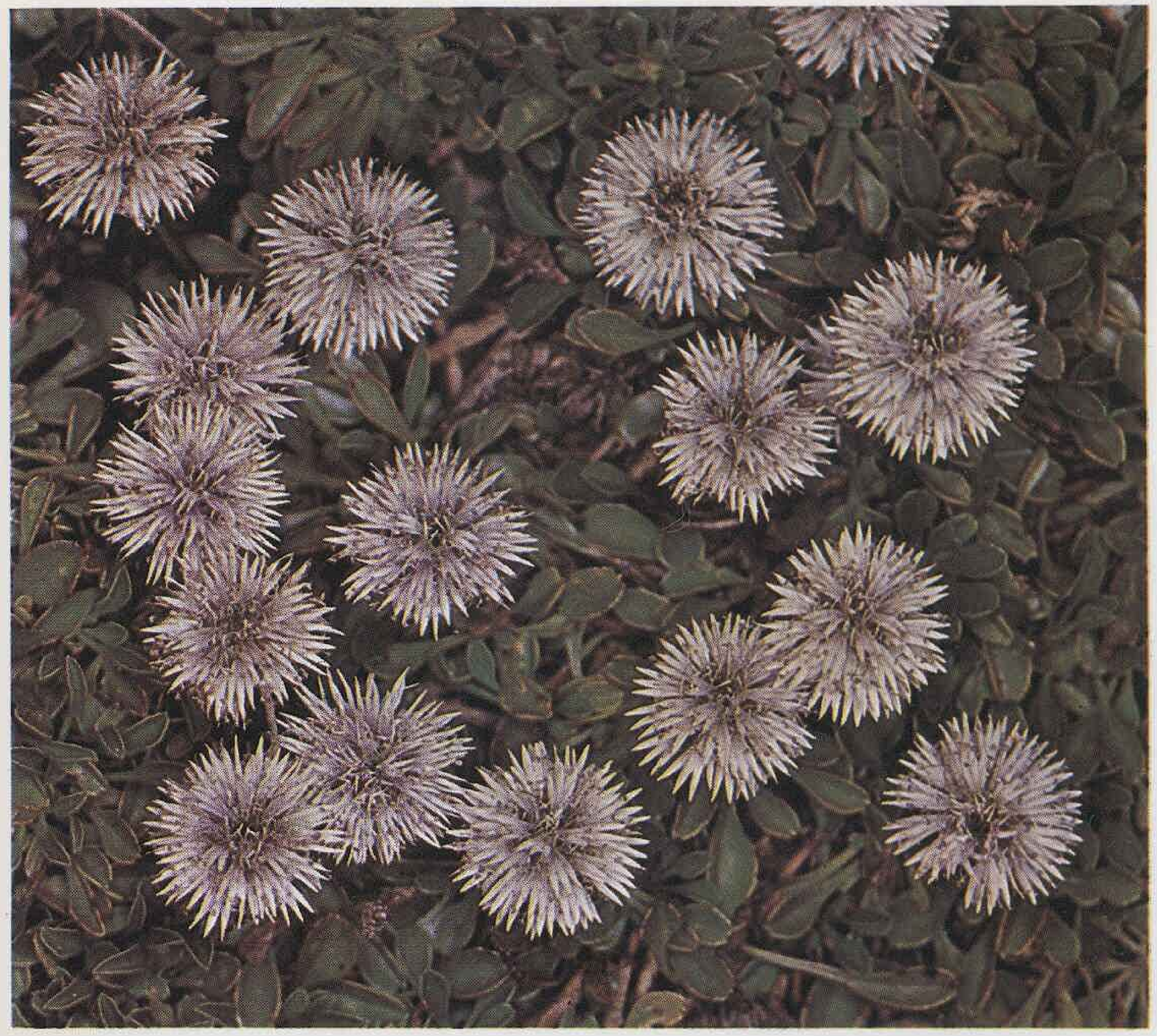
(Cat.: *senet de pobre*)
Globularia vulgaris

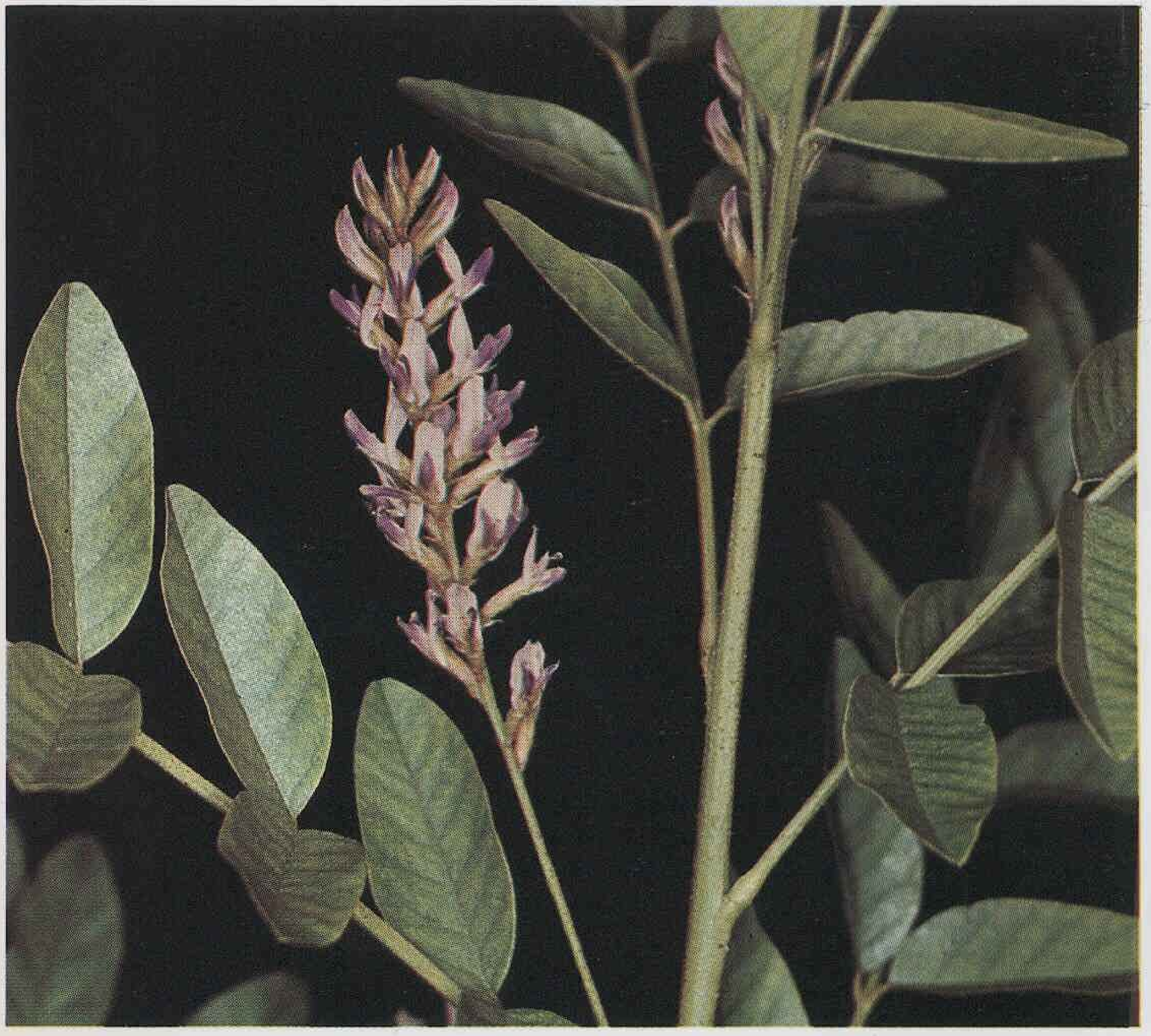
Familia Globulariáceas.
Descripción Subarbusto perenne, bajo, con tallo erecto, leñoso, con las ramas que parten prácticamente a ras de suelo. Las hojas son esparcidas, coriáceas, de color verde claro, oblongas, puntiagudas, con un corto pecíolo y margen entero. La inflorescencia es una flor única, situada en el ápice de la ramificación, en forma de cabezuela muy apretada, con un receptáculo de brácteas. El cáliz es persistente, tubular, con cinco lóbulos dentados. La corola posee dos labios de color azul. El fruto está encerrado en un cáliz persistente. Crece por doquier, tanto en la montaña como en la llanura, y prefiere los suelos calcáreos, secos y soleados. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Globularina, resina, mucílagos, sustancia amarga, ácido tánico y ácido globulárico.
Propiedades Purgante, estimulante, antirreumática.
Modo de empleo Decocción, polvos, extracto fluido.
Nota La acción laxante de esta especie es suave, pero se la prefiere a otros tipos de purgantes debido a su acción simultánea estomacal. La especie próxima *G. alypum* desarrolla una acción mucho más drástica y, por lo tanto, no conviene usarla. En aplicación externa se ha utilizado en cataplasmas locales como vulneraria, aunque existen otras especies más eficaces en esta acción.

145 REGALIZ

(Cat.: *regalèssia;* eusk.: *errekalitz*)
Glycyrrhiza glabra

Familia Papilionáceas.
Descripción Del griego *glykys* y *rhiza*, raíz dulce. Planta herbácea perenne, provista de grueso rizoma del que parten estolones y radículas muy largas, de color marrón oscuro por fuera y amarillento por dentro. Las hojas son imparipinnatosectas, es decir, formadas por una serie de folíolos casi opuestos dos a dos y con un folíolo central apical; son todos ellos ovaladoelípticos, con la base ligeramente más redondeada que la extremidad. Poseen numerosas glándulas con aceite. Las flores se disponen en racimo, emergen en la bifurcación de dos hojas, carecen casi de pedúnculo. El cáliz es tubular, con cinco dientes puntiagudos. La corola es pentapétala, de color azul con tendencia al violeta. El fruto es una legumbre que contiene un número escaso de semillas algo ovales y de color oscuro. Crece preferentemente en las zonas de clima marítimo, tanto en estado selvático como cultivado. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz del tercer año.
Compuestos químicos Glicirricina, saponina, glucosa, goma, sacarosa, flavonoides, fitosteroles.
Propiedades Béquico, antiulceroso, laxante, antihistamínico.
Modo de empleo Infusión, extracto seco, extracto fluido, polvos.
Nota Estudios recientes han demostrado que el uso prolongado del regaliz puede incrementar la presión arterial. Posee además una acción hormonal parecida a la ovárica. Se utiliza en las industrias confitera y tabaquera como aromatizante. Su uso es incompatible con los compuestos de quina y de calcio.

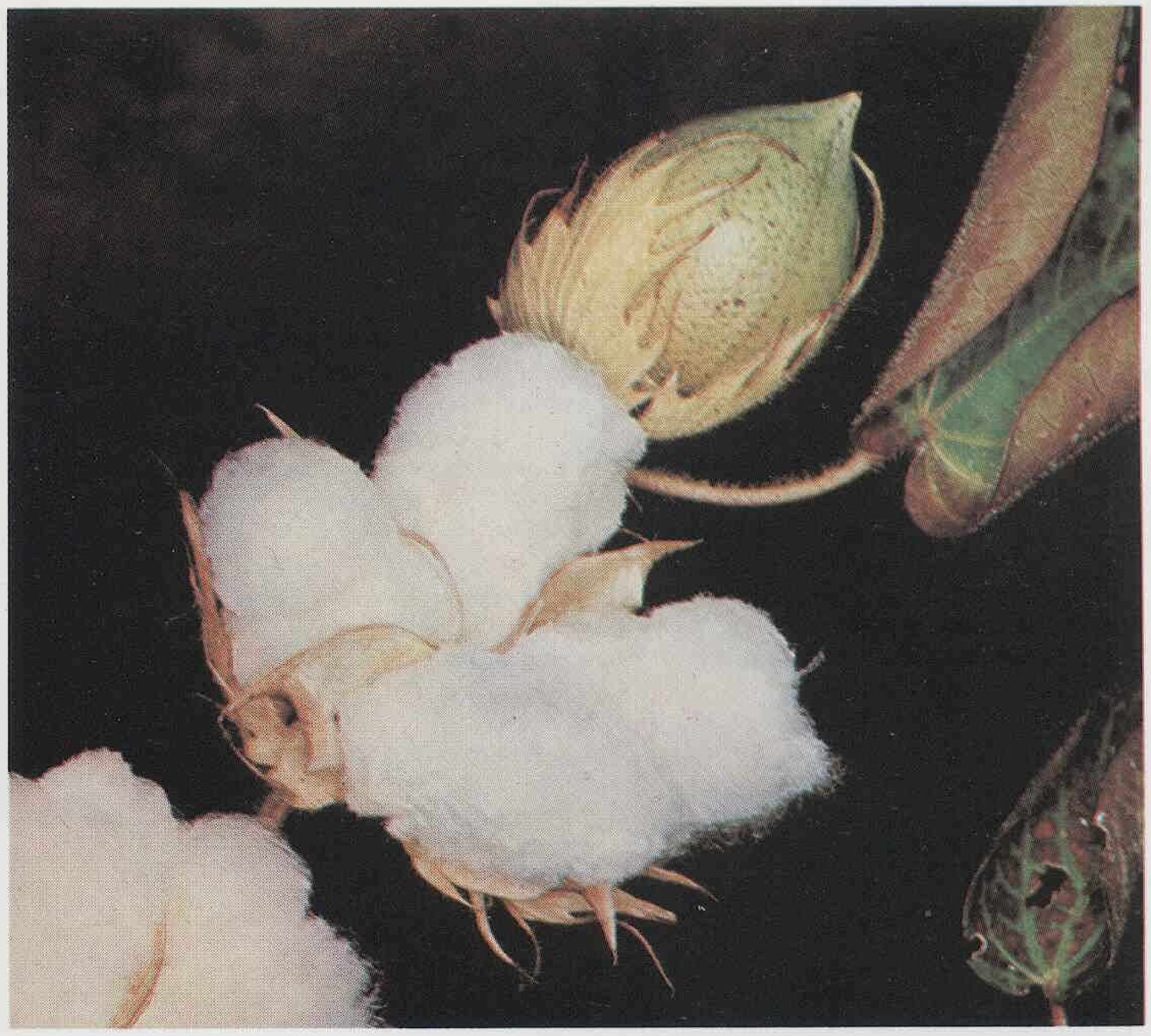




146 ALGODONERO

(Cat.: *cotoner;* eusk.: *liñabera*)
Gossypium herbaceum

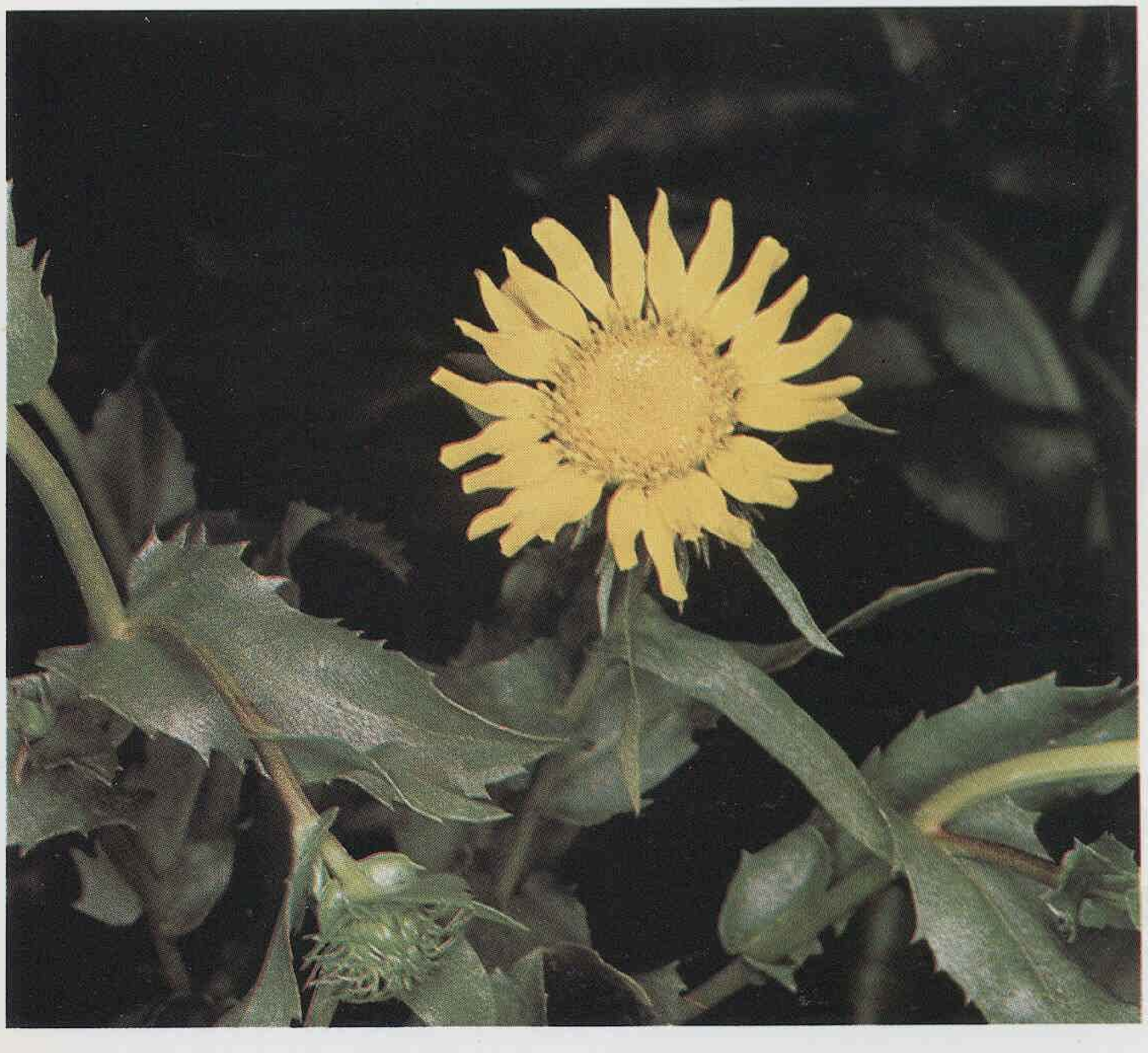
Familia Malváceas.
Descripción Arbusto anual perenne, de hasta 2,5 m de altura, ramificado, con raíz axonomorfa profunda. Tallo glabro o ligeramente pubescente, hojas alternas, palmadolobuladas, con lóbulos distintamente divididos. Flores con un corto pedúnculo, solitarias o bien agrupadas en la axila de las hojas en número de dos o tres, rodeadas de brácteas. Cáliz poco desarrollado en forma de copa, con cinco dientes obtusos. Corola de cinco pétalos blancos, grandes, a veces rosados o amarillentos, soldados por la base. Estambres numerosos y dispuestos en columna. El fruto es una cápsula ovoidal dividida en dos a cinco cavidades, portador de semillas libres cubiertas de numerosos pelos blancos, el algodón. Se recolecta antes de la floración y se cultiva en numerosos puntos de la península.
Partes utilizadas La corteza.
Compuestos químicos Acetovanilona, ácido fenólico, betaína, fitosterina, ácido salicílico, alcohol cerílico, ácidos oleicos, azúcares.
Propiedades Emenagogo, hemostático, oxitócico.
Modo de empleo Infusión, tintura.
Nota Planta muy cultivada para la obtención del algodón, usado tanto en estado natural como para la fabricación de tejidos. A partir de las semillas se obtiene un aceite comestible adecuado para la alimentación del ganado.



147

Grindelia robusta

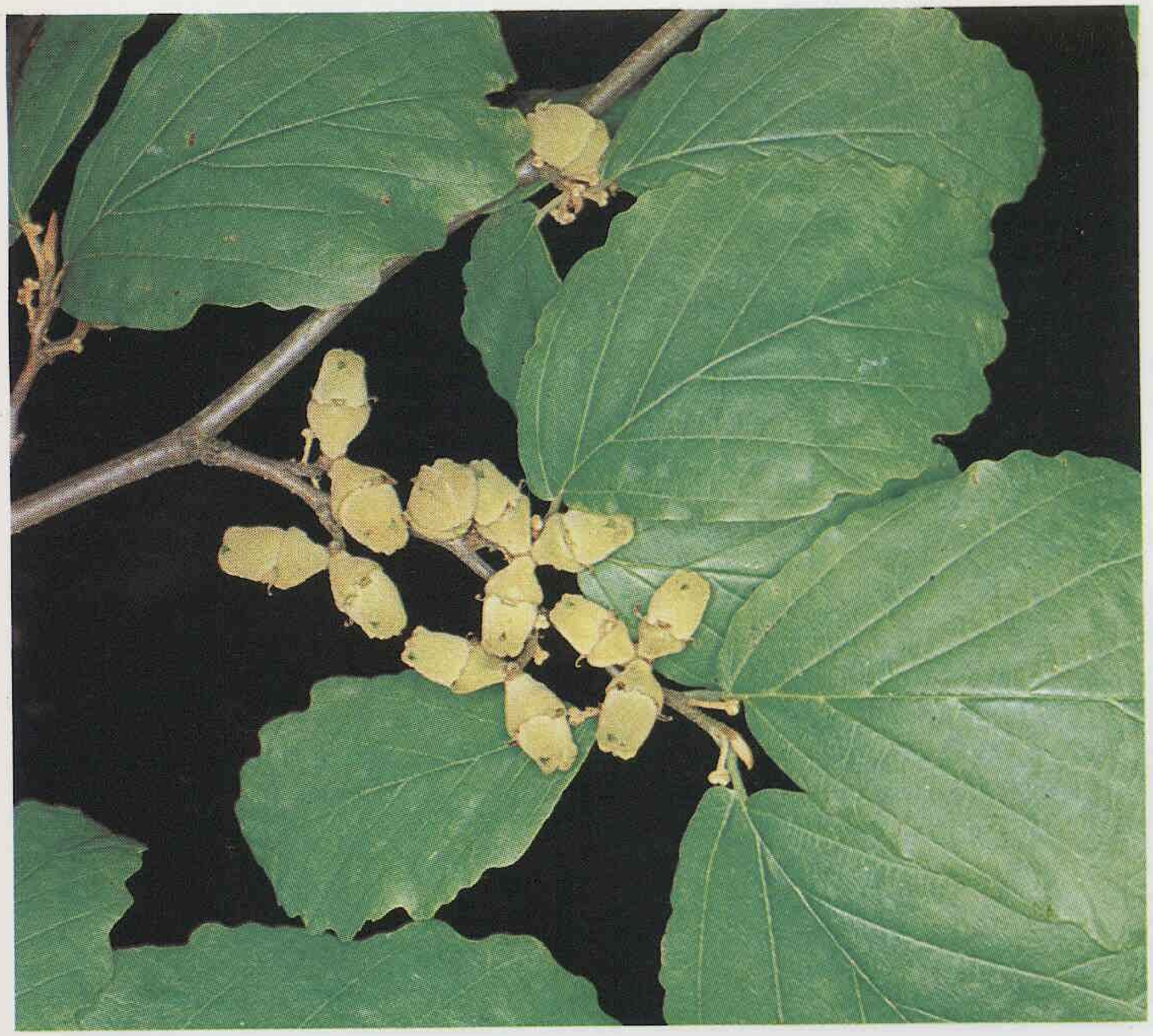
Familia Compuestas.
Descripción Planta de aspecto subarbustivo, perenne o bianual, algo lignificada en la base y otras veces totalmente herbácea. Mide menos de 1 m de altura. Las hojas del tallo son sésiles, a menudo amplexicaules o decurrentes, dentadas, algo rígidas, triangulares, terminadas en punta. Las flores se desarrollan solitarias en la extremidad de la ramificación, y a veces forman inflorescencia. Las cabezuelas, de color amarillo anaranjado, poseen brácteas dispuestas en varias capas. Los frutos son aquenios y presentan en la extremidad de dos a ocho gruesas sedas. Esta planta es de origen americano, crece desde el oeste del Mississippi hasta el Pacífico, en lugares áridos o en llanuras salinas. Se recolecta en el momento de la floración.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Resina, ácido cerótico, sustancias fenólicas, borneol, distintos ácidos, tanino.
Propiedades Balsámica, antiflogística, tónico vascular.
Modo de empleo Infusión, jarabe, extracto fluido.
Nota Esta especie se emplea externamente en cataplasmas locales sobre las zonas irritadas de la piel. Disminuye el ritmo cardíaco y deprime la excitabilidad del centro de la tos. Constituye, por lo tanto, un óptimo calmante de las crisis asmáticas.



148

Hamamelis virginiana

Familia Amamelidáceas.
Descripción Planta de aspecto arbustivo o de arbolito, propia de la flora espontánea americana entre Canadá y Florida, y de Nebraska a Texas. Hojas con pecíolo corto y estípula, alternas, ovoidales, con el limbo festoneado, glabras, de forma romboidal redondeada, con incisiones acanaladas profundas debidas a la nerviación de la cara superior. En la cara inferior las nerviaciones sobresalen del limbo. Las flores se agrupan en glomérulos axilares en número de dos o tres, con cortos pedúnculos y cuatro sépalos. Disponen además de cuatro pétalos, cuatro estambres y dos estilos. El fruto es una cápsula leñosa, dehiscente, con dos cavidades y dos semillas oscuras y brillantes. Crece también en Europa cultivada en parques y jardines. Ocasionalmente, florece en otoño, pero por regla general lo hace de enero a abril. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Tanino, sesquiterpenos, fenol, colina, saponina.
Propiedades Vasoconstrictora.
Modo de empleo Infusión, agua destilada, tintura.
Nota Esta especie ha sido introducida en Europa a partir de 1735. Por su riqueza en taninos se ha utilizado en la curación de las varices. La cosmética la emplea fundamentalmente para remediar la fragilidad capilar. El nogal europeo posee acciones parecidas a las de esta especie americana.

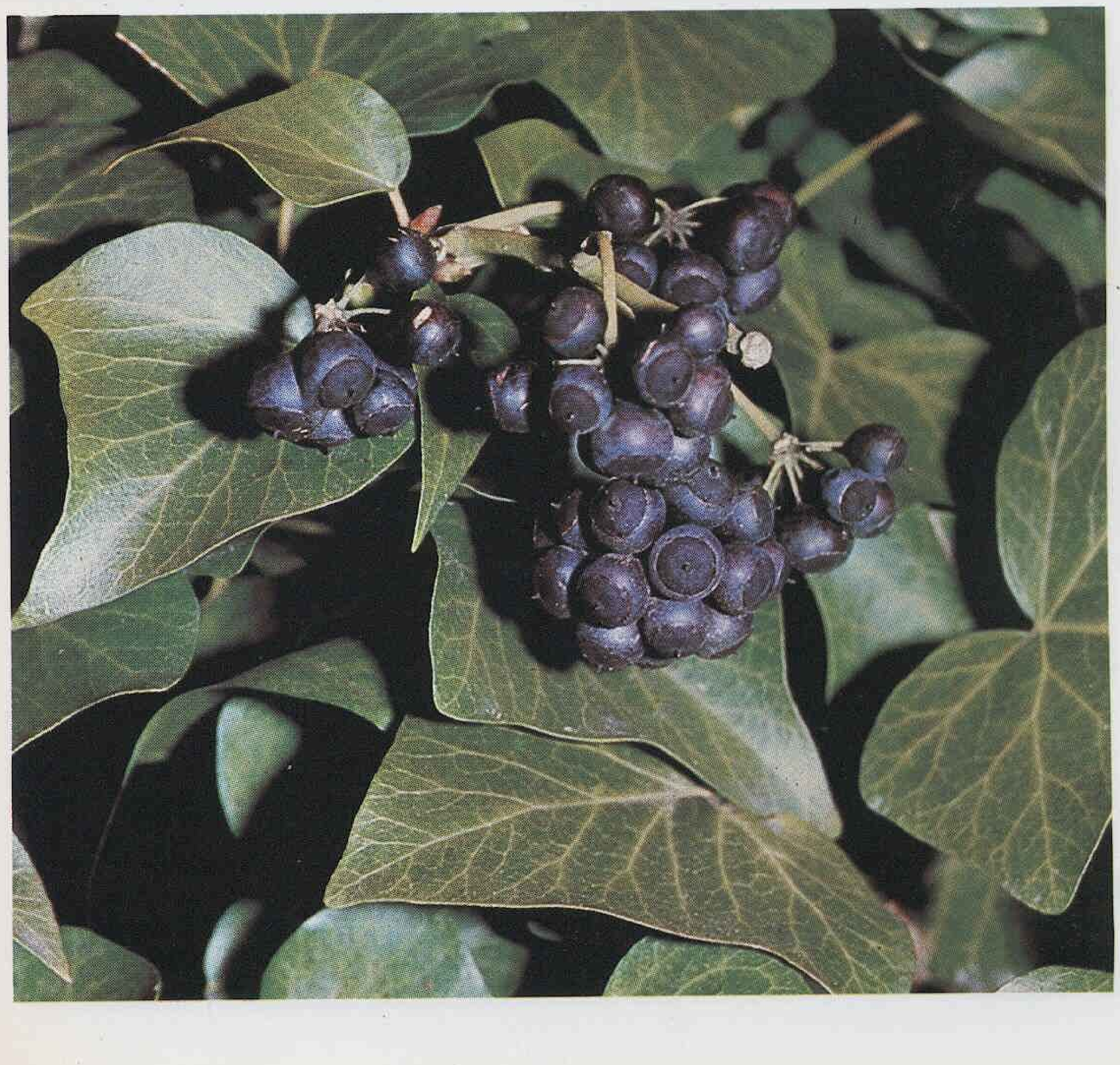


149

HIEDRA

(Cat.: *heura;* eusk.: *untz*)
Hedera helix

Familia Araliáceas.
Descripción Subfrútice trepador con tallo leñoso, que puede alcanzar grandes dimensiones, tanto en diámetro como en longitud. Presenta numerosas ramificaciones con raíces adhesivas, no parásitas, ya que sirven de sostén. Hojas verdes, brillantes, coriáceas, pecioladas, con forma entre acorazonada y elíptica, palmadolobuladas, con la cara muy nerviada y olor aromático. Las flores se reúnen en umbelas terminales de color amarillo verdoso, con el cáliz pentadentado y corola con cinco pétalos. El fruto es globoso y de color negro, esferoidal, coronado, que contiene semillas de albumen córneo. Es muy común en todos los sitios y se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Saponósidos, heterósidos, foliculina, inositol, sales, tanino.
Propiedades Antineurálgica, antirreumática, tosífuga, emenagoga, vasoconstrictora.
Modo de empleo Decocción, cataplasma, extracto fluido, tintura, pomada.
Nota A grandes dosis, especialmente de frutos, resulta tóxica a pesar de que son utilizados como alimento por algunas especies animales impunemente. La acción moderadora sobre la sensibilidad nerviosa periférica la hacen adecuada para aplicaciones externas en casos de reumatismo y de neuralgias. Se han logrado interesantes resultados al utilizar la tintura contra la pertosis. La decocción de las hojas se utiliza para reavivar el color negro de los tejidos y para teñir los cabellos.



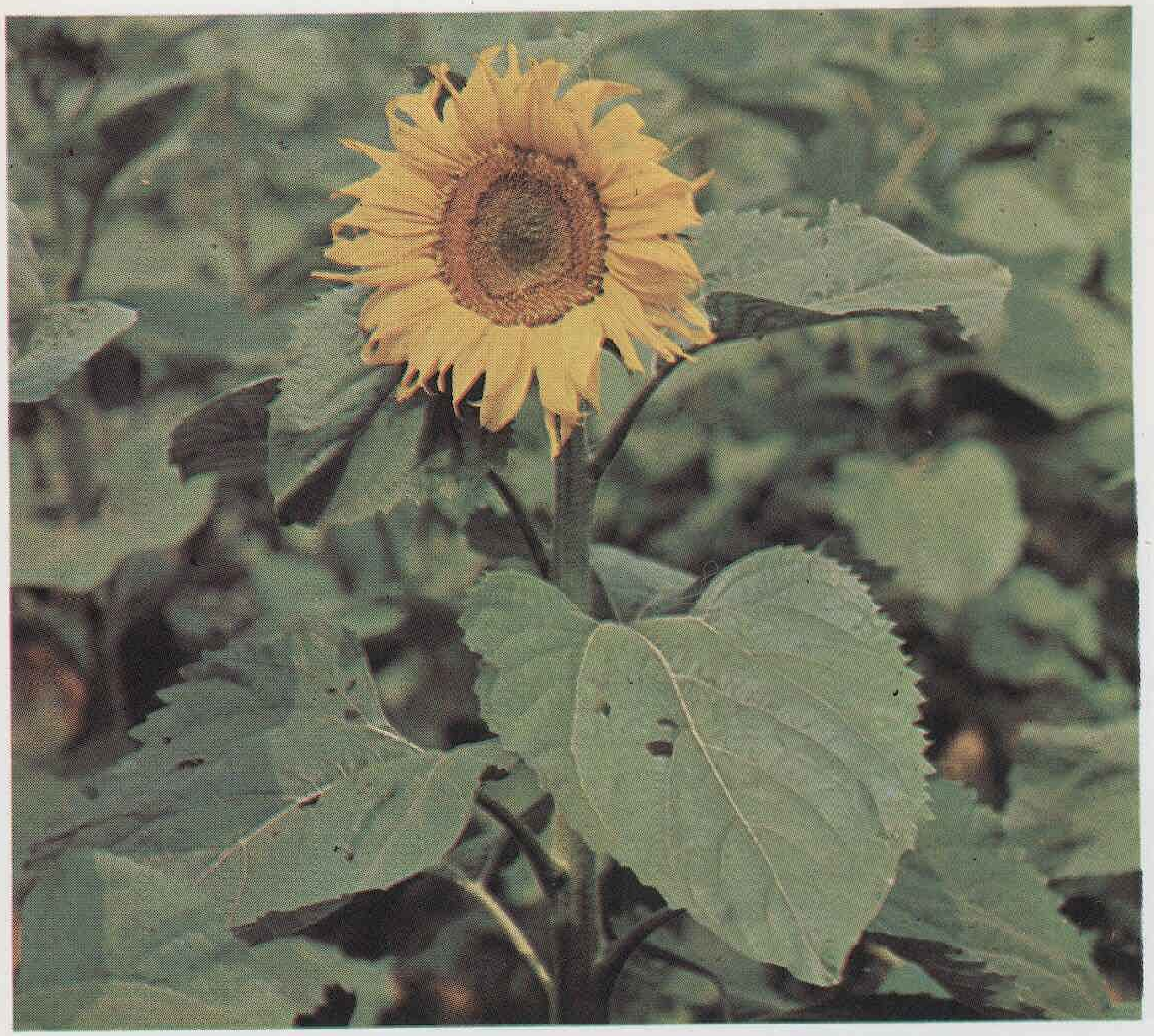
150 GIRASOL
(Cat.: *gira-sol;* eusk.: *eki-lili*)
Helianthus annuus

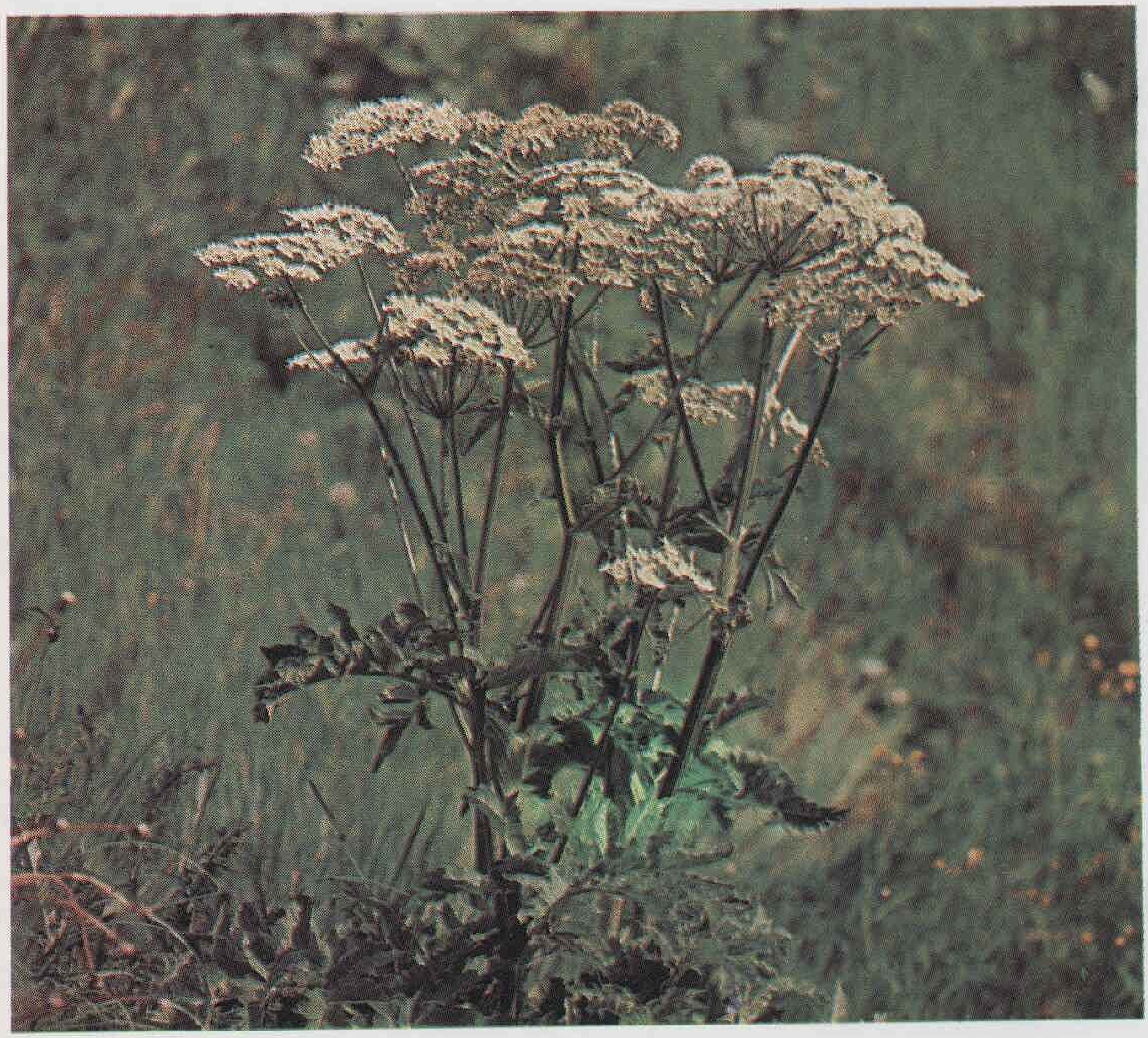
Familia Compuestas.
Descripción Del griego *helios,* sol. Planta anual con raíz axonomorfa y abundantes radículas. El tallo, en general simple, alcanza hasta 3 m, es esponjoso y sostiene un número escaso de hojas aunque muy grandes, pecioladas, acorazonadas u ovaladas, con nerviación; el limbo es dentado y la lámina tomentosa. Las flores, reunidas en grandes cabezuelas, son liguladas y de color amarillo las externas, pardas las internas. El fruto es un aquenio negruzco, ovalado, sin vilano. Prácticamente no crece en estado espontáneo y es cultivada por toda Europa a partir del siglo XVI. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Cimas floridas y semillas.
Compuestos químicos Flores: fitosterina, betaína, cuercetina, colina, antocianina, faradiol, arnidiol. Semillas: aceite que contiene ácido linoleico, oleico, palmítico, esteárico, aráquico; lecitina, colesterina, albúmina.
Propiedades Febrífugo, estomacal, nutriente.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, polvos.
Nota El aceite extraído, que justifica prácticamente la única utilización de la planta, posee acción anticolesterolénica. Las semillas tostadas constituyen un sucedáneo del café y del chocolate. Por su elevado poder nutritivo, la harina, se mezcla con la de trigo en la fabricación de galletas. Los pecíolos hervidos de las hojas jóvenes se emplean en alimentación. Una curiosidad: la cabezuela puede contener más de mil semillas dispuestas en una espiral hiperbólica concéntrica.

---

151 BRANCA URSINA FALSA
(Cat.: *salsufragi*)
Heracleum sphondylium

Familia Umbelíferas.
Descripción De *Heracles,* Hércules, alusión a las propiedades enérgicas de la planta. Es una hierba que alcanza hasta 2 m de altura, con raíz fasciculada y tallo erguido, ramificado, hueco, anguloso y pubescente. Las hojas son alternas, pennadas, compuestas, con folíolos aserrados pinnatosectos o lobulados. Las flores, dispuestas en umbela terminal o axilar, son blancas. El cáliz es pentadentado y la corola, pentapétala. El fruto es un diaquenio que se divide al llegar a la madurez en dos partes comprimidas. Es frecuente en estado selvático en los prados húmedos de montaña y junto a los cursos de agua. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz y las hojas.
Compuestos químicos Heracleína, esencia, glutamina, resina.
Propiedades Sedante, antihistérica, afrodisíaca, digestiva.
Modo de empleo Decocción, polvos, extracto fluido, tintura.
Nota El tallo emite un jugo azucarado que se coagula en contacto con el aire. Toda la planta puede utilizarse para la obtención de un líquido alcohólico. La raíz, los brotes jóvenes y las hojas pueden comerse si se hierven previamente. La tintura de las partes aéreas se emplea en los casos de astenia genésica, a pesar de que no se conoce con detalle el mecanismo de su acción.





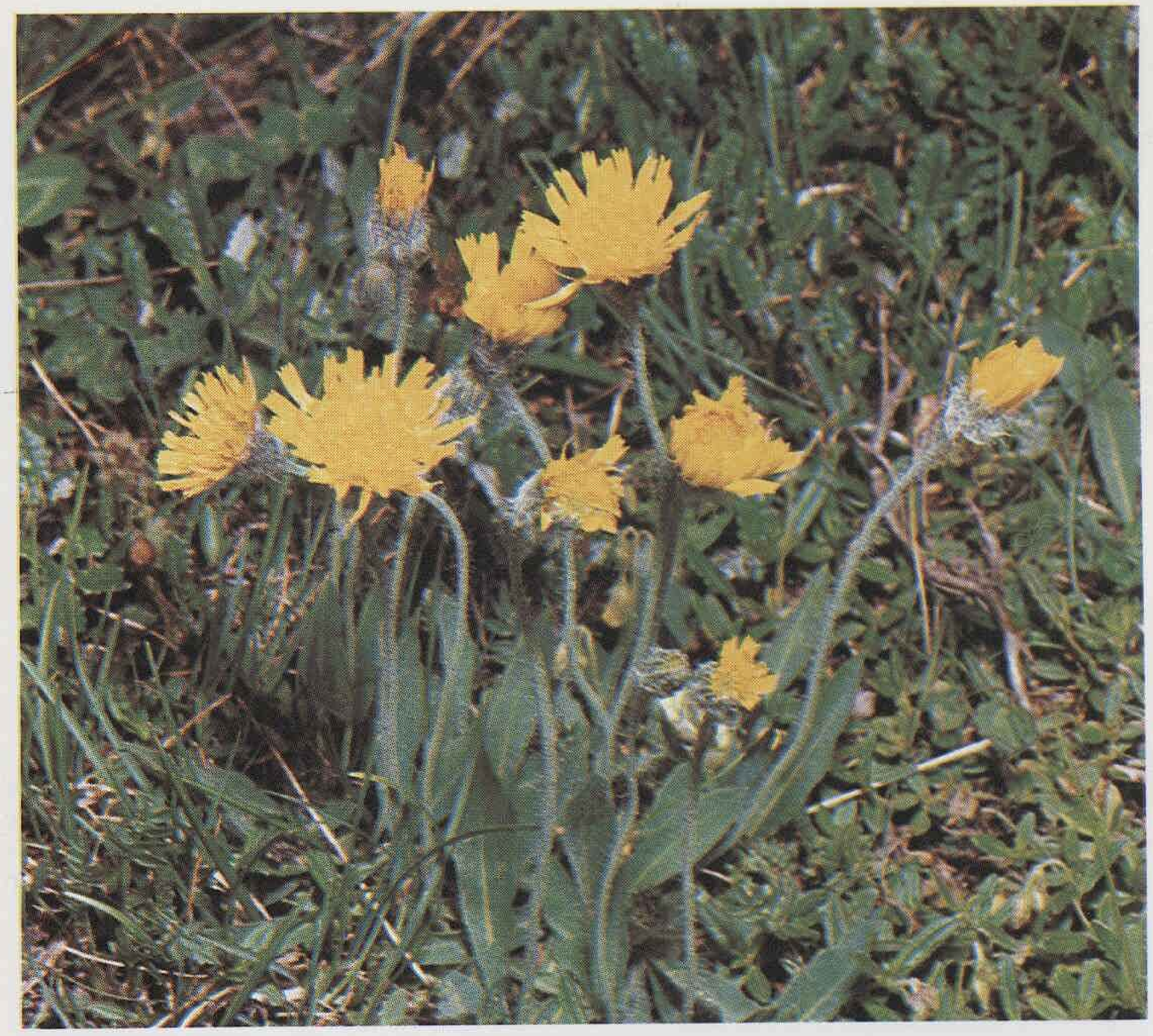
152 VELOSILLA
(Cat.: *pelosella;* eusk.: *errabia-belar*)
Hieracium pilosella

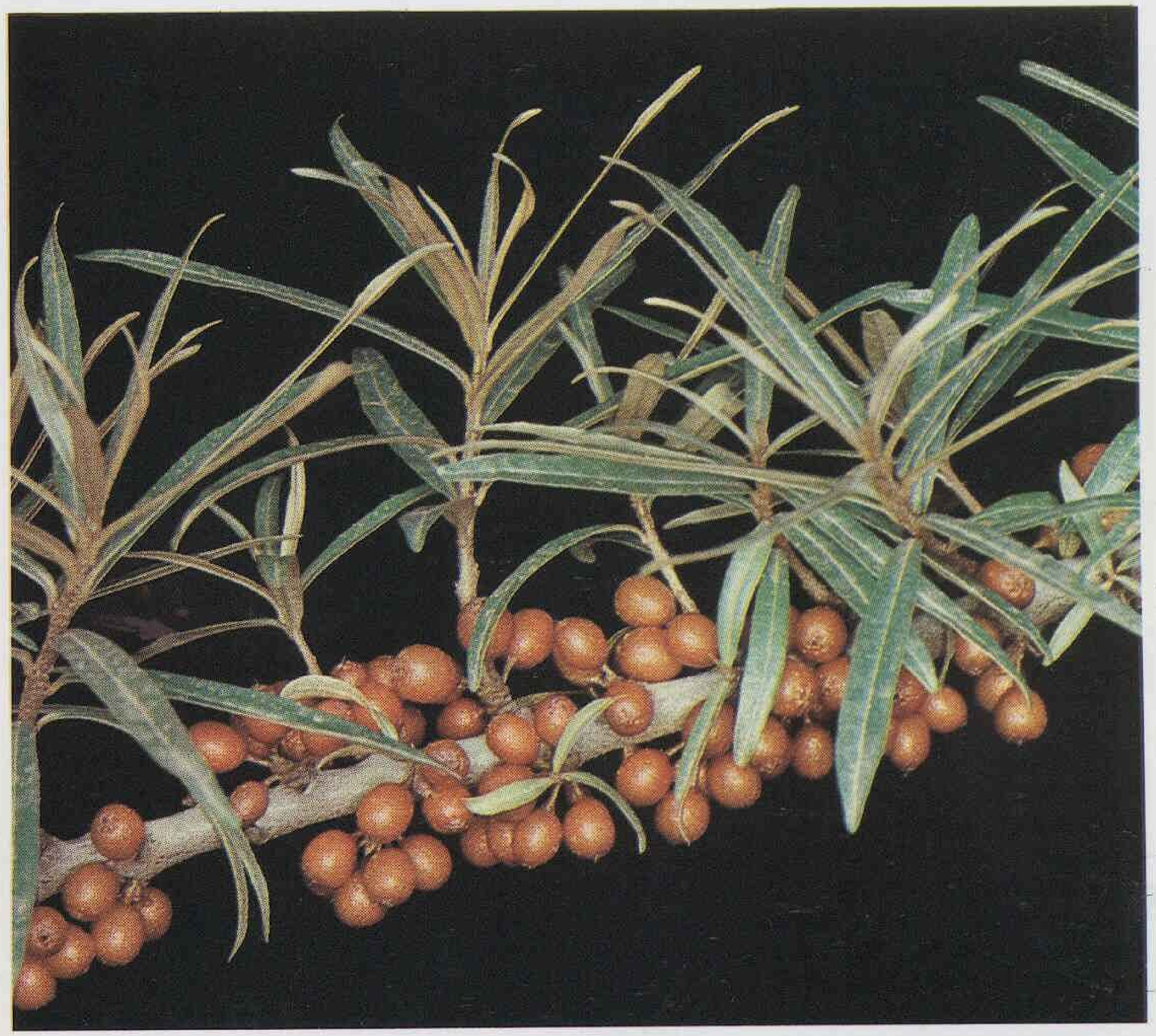
Familia Compuestas.
Descripción Hierba perenne, provista de rizoma rastrero del que parten, además de una roseta de hojas basales, los estolones que emiten nuevas raíces a nivel de los nudos. Los estolones llevan hojas alternas que se hacen paulatinamente más pequeñas hacia arriba. A partir de la roseta se originan también tallos radicales sin hojas, de hasta 20 cm de altura. Las hojas basales son tumbadas, lanceoladas, espatoliformes. El margen es entero. La lámina superior es de color verde, tomentosa, mientras que la inferior presenta un tono blanquecino. Las flores, solitarias, se disponen en el vértice del escapo. La cabezuela se encuentra en el centro de una serie apretada de bracteolas lanceoladas. El fruto es un aquenio cilíndrico, estriado, con un vilano de sedas grises. Especie común en estado espontáneo en las zonas montañosas, aunque es más escasa en la llanura. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Las partes aéreas.
Compuestos químicos Piloselina, sustancia amarga, tanino, oxicumarina, umbeliferona.
Propiedades Antibiótica, astringente, diurética.
Modo de empleo Tintura, extracto fluido, polvos, infusión.
Nota La acción antibiótica de esta especie sólo se produce cuando se utiliza la planta fresca, y es específica contra las fiebres de Malta. La planta seca es sólo astringente. La infusión de la planta fresca duplica la cantidad diaria de orina. Los pastores la utilizan como vulneraria en aplicaciones locales.

---

153 ESPINO FALSO
(Cat.: *arç groc;* eusk.: *elorri*)
Hippophae rhamnoides

Familia Eleagnáceas.
Descripción Arbusto que alcanza un par de metros de altura, con numerosas ramificaciones de disposición casi horizontal, espinoso, con raíces largas y numerosas radículas que se abrazan fuertemente al sustrato. Las hojas son alternas, lanceoladas, terminadas en punta, divididas longitudinalmente por la nerviación principal, de color plateado en la cara superior y pardo en la inferior. Se conocen pies con flores masculinas y pies con flores femeninas. Las masculinas se agrupan en espiga con el cáliz con dos sépalos, cuatro estambres y sin corola. El fruto es una drupa que procede del invólucro, de color anaranjado al llegar a la madurez. En su interior se disponen las semillas encerradas en una cubierta leñosa. Crece en general en lugares soleados, a partir del nivel del mar. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Glucósidos flavónicos, vitamina C, ácidos orgánicos.
Propiedades Astringente, vitamínico.
Modo de empleo Pulpa, electuario.
Nota Es una de las plantas con mayor contenido en vitamina C. Por ello los frutos suelen asociarse a los del rosal silvestre, que también contienen en abundancia esta vitamina. Al ser comestibles, pueden servir de base para la preparación de mermeladas astringentes y acídulas. Por tradición, en algunas zonas aún se sigue considerando estos frutos como venenosos. Aplastados y dispuestos sobre las heridas, actúan como excelente hemostático de urgencia.





154 CEBADA
(Cat.: *ordi;* eusk.: *garagar*)
Hordeum sativum

Familia Gramíneas.
Descripción Planta anual, con tallo erecto de aproximadamente un metro de altura y hojas lineales, lanceoladas, envainantes a nivel de la base donde abrazan el tallo. Es de color verde en ambas caras, y está recorrida por nerviaciones longitudinales muy aparentes. Las flores, formadas por dos glumas simples, son agudas, y a ellas se añaden dos glumelas más anchas y desiguales que representan la corola. El fruto es un cariópside de forma oval con la extremidad redondeada, surcada internamente. La espiga puede ser larga o corta, según la variedad, y siempre lleva en el extremo glumas con restos filiformes que pueden diverger. Se cultiva en todo el mundo como cereal, en suelos calcáreos. Se recolecta al llegar a la maduración, en verano.
Partes utilizadas El cariópside.
Compuestos químicos Hordenina, maltina, almidón, azúcares, grasas y proteínas.
Propiedades Nutritiva, emoliente, anticatarral.
Modo de empleo Decocción, extracto acuoso.
Nota El cariópside germinado y desecado se denomina malta, y con ella se prepara un sucedáneo del café, muy nutritivo. La cebada se emplea industrialmente para la fabricación de la cerveza y del whisky. Se conocen numerosas variedades de esta especie.

---

155 LÚPULO
(Cat.: *llúpol;* eusk.: *ezker-aien*)
Humulus lupulus

Familia Cannabáceas.
Descripción Planta trepadora, herbácea, perenne, provista de raíz grande y carnosa de la que parten largos tallos herbáceos, de sección cuadrangular, que a menudo se sostienen en torniquete. Hojas opuestas o alternas, con pecíolo pilosecto, palmatolobuladas, con cinco lóbulos perfectamente marcados con los márgenes con dientes anchos terminados en punta. Las flores masculinas se agrupan en espigas en la extremidad de las ramificaciones, y carecen de cáliz y de sépalos, pero disponen en cambio de cinco tépalos y cinco estambres; las femeninas, agrupadas en unos amentos que recuerdan a los estróbilos de las gimnospermas, son casi siempre solitarias o bien forman pequeños grupos. Los grupos contienen las semillas, que son aquenios circulares, encerrados en las brácteas, de color gris y provistos de numerosas glándulas resiníferas que secretan una sustancia amarilla. Muy difundido, en zonas húmedas, setos y lugares baldíos soleados. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Las inflorescencias femeninas.
Compuestos químicos Aceite etéreo (mirceno y humulona), mircenol, luparenol, linalol, tanino, resina.
Propiedades Sedante, eupéptico, antipirético.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, infusión, jarabe, píldoras.
Nota Los jóvenes brotes se consumen a modo de espárragos. La resina, suministrada en polvo a modo de *cachets,* posee una acción específica sobre la subida de leche de las gestantes.

156 BELEÑO NEGRO

(Cat.: *jusquiam;* eusk.: *xerri-baba*)
Hyoscyamus niger

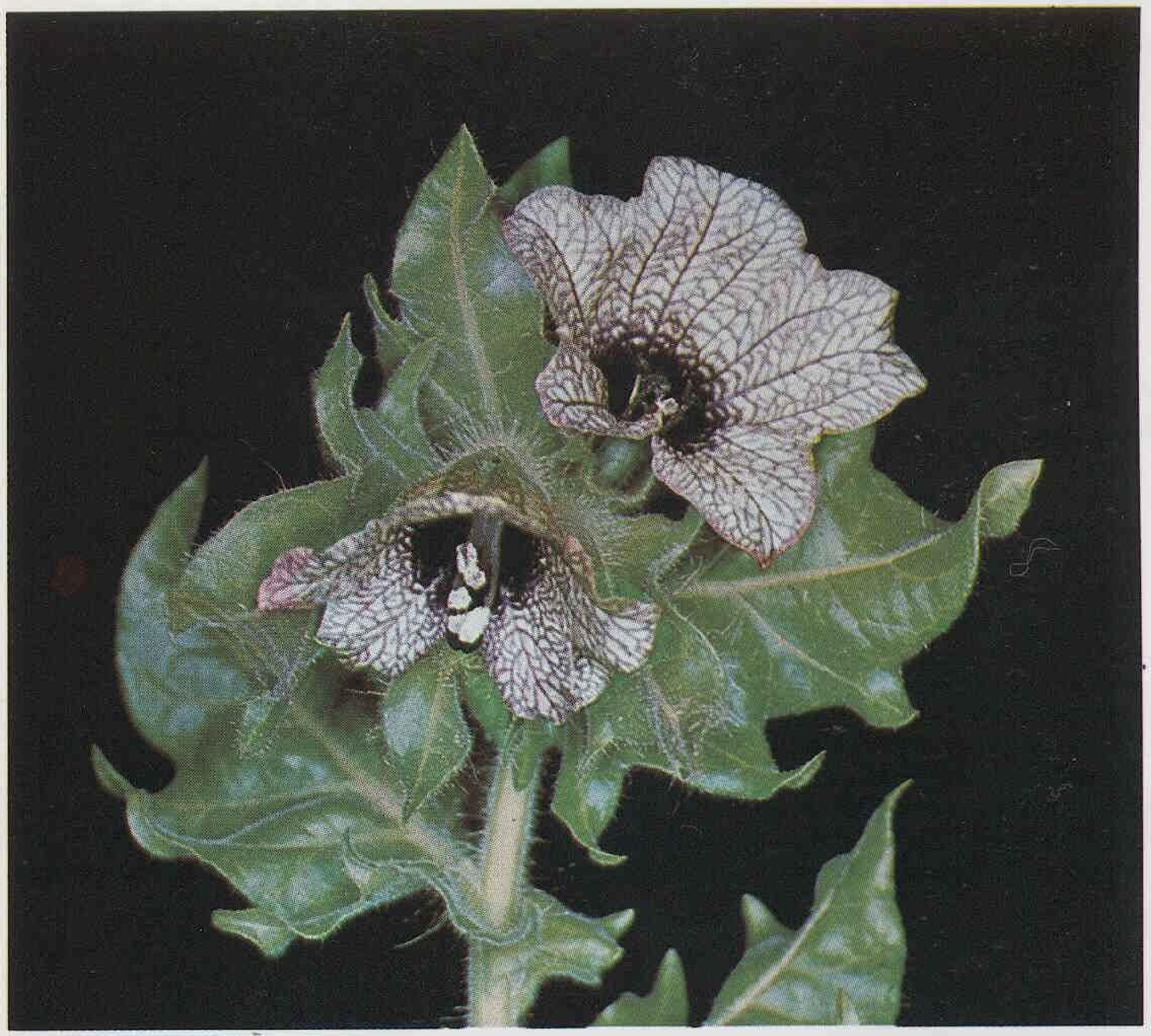
Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea tomentosa con raíz fusiforme y tallo erguido simple o ramificado. Las hojas son también tomentosas, delicadas, ovaladas, pinnatífidas, sésiles, alternas y dentadas. Las flores se disponen en espigas terminales, acampanadas, pentalobuladas, amarillas con jaspeados de color violeta. La corola tiene forma de embudo. La cápsula contiene numerosas semillas, pequeñas y reniformes. Olor viroso. Esta especie es poco frecuente y crece en terrenos baldíos, taludes, junto a las habitaciones humanas, desde el llano a la montaña. Puede llegar a medir más de un metro de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Hiosciamina, escopolamina, atropina, aceite, almidón, estearina, sales, goma.
Propiedades Analgésico, narcótico, medriático.
Modo de empleo Polvos, tintura, extracto fluido, jarabe, infusión, oleolito, liparolito.
Nota Es una planta muy venenosa y, al mismo tiempo, muy útil en uso externo, para preparaciones antálgicas en los reumatismos y artrosis. Útil también en odontalgia. Las hojas, al ser fumadas, proporcionan un efecto calmante en las crisis asmáticas. El jarabe actúa en la enfermedad de Parkinson con efecto calmante. El beleño negro es considerado por algunos pueblos como un poderoso afrodisíaco, e intervenía en la preparación de los denominados filtros de amor.

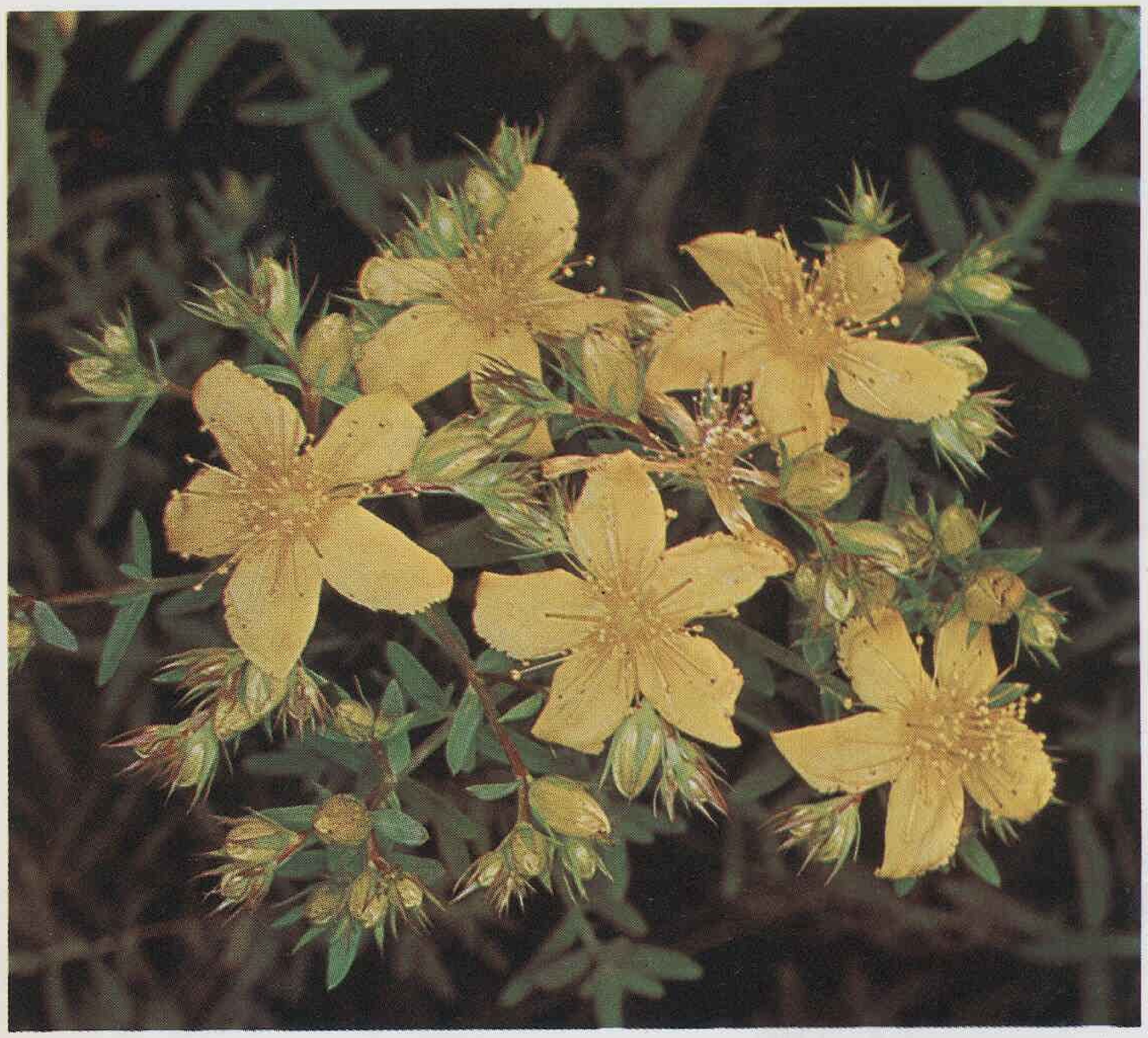
---

157 HIPÉRICO

(Cat.: *pericó;* eusk.: *ostoargal*)
Hypericum perforatum

Familia Gutíferas.
Descripción Planta herbácea provista de rizoma corto, que mide como máximo un metro. El tallo es erguido, leñoso en la base, y sostiene ramas opuestas en cuya base, debajo de la horquilla, se sitúan dos hojas sésiles, opuestas dos a dos, en forma de cruz. Son ovales y elípticas, con abundantes glándulas. Las flores se disponen casi siempre en la extremidad de las ramas herbáceas, frecuentemente en número de tres. En el centro, en la extremidad del tallo, se abre un corimbo con muchas ramas y flores, pentasépalas, verdes, lanceoladas, pentapétalas, de color amarillo dorado, con numerosísimos estambres que sobresalen en haz. El fruto es una cápsula trilobular que contiene semillas de color oscuro. Es frecuente sobre todo en terrenos secos y soleados. Se recolecta a principios de verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas frescas.
Compuestos químicos Aceite esencial, tanino, hipericina, hiperósido.
Propiedades Vulnerario, emoliente, antineurético, pectoral, vermífugo.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, jarabe, aceite, enolito.
Nota En algunas zonas esta planta recibía el nombre de «cazadiablos», puesto que existía una antigua tradición: colgar una rama en el interior de la casa con fines propiciatorios. En agua proporciona una sustancia colorante amarilla, mientras que en aceite o alcohol, es roja. Se emplea en la fabricación de licores como aromatizante. Las hojas se usan como sucedáneo del té.

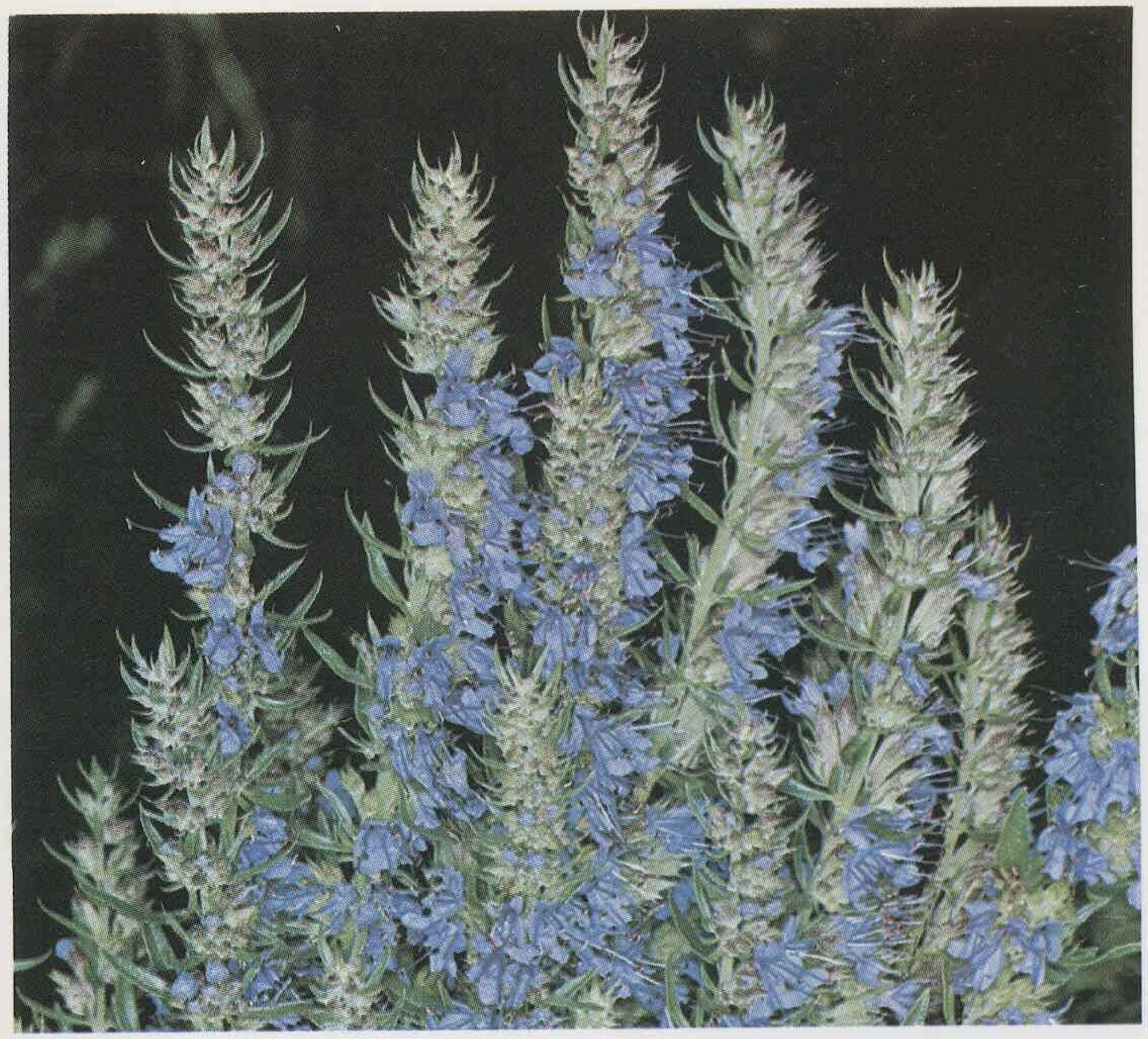




158 HISOPO

(Cat.: *hisop;* eusk.: *itze-belar*)
Hyssopus officinalis

Familia Labiadas.
Descripción Planta herbácea perenne, de hasta 60-70 cm de altura, en general cultivada, aunque también crece espontánea en algunas zonas. Rizoma corto y fibroso, tallo ramificado en numerosos vástagos leñosos, herbáceos en la extremidad. Las hojas son enteras, lanceoladas, dispuestas en verticilos, las basales provistas de pecíolo y sésiles las superiores. Las flores se agrupan en verticilos en la axila de las hojas más altas. Cáliz tubuloso, pentatépalo. Corola también tubulosa, azulada o violácea. El fruto es un tetraquenio de forma ovoidal. Se recolecta a comienzos de verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Aceite esencial, heterósido, tanino, saponina, fitosterol.
Propiedades Béquico, sedante, tónico, emenagogo.
Modo de empleo Infusión, jarabe, agua destilada.
Nota Esta especie no debe administrarse durante el embarazo. Proporciona esencia formada por un líquido amarillento que se solidifica en contacto con el aire. Su proporción es por término medio de 0,6 %. El aceite no debe emplearse en aromoterapia en individuos nerviosos, ya que posee acción epileptógena. Se utiliza en la fabricación de licores y en la industria cosmética. Las extremidades florales proporcionan tisanas aromáticas.

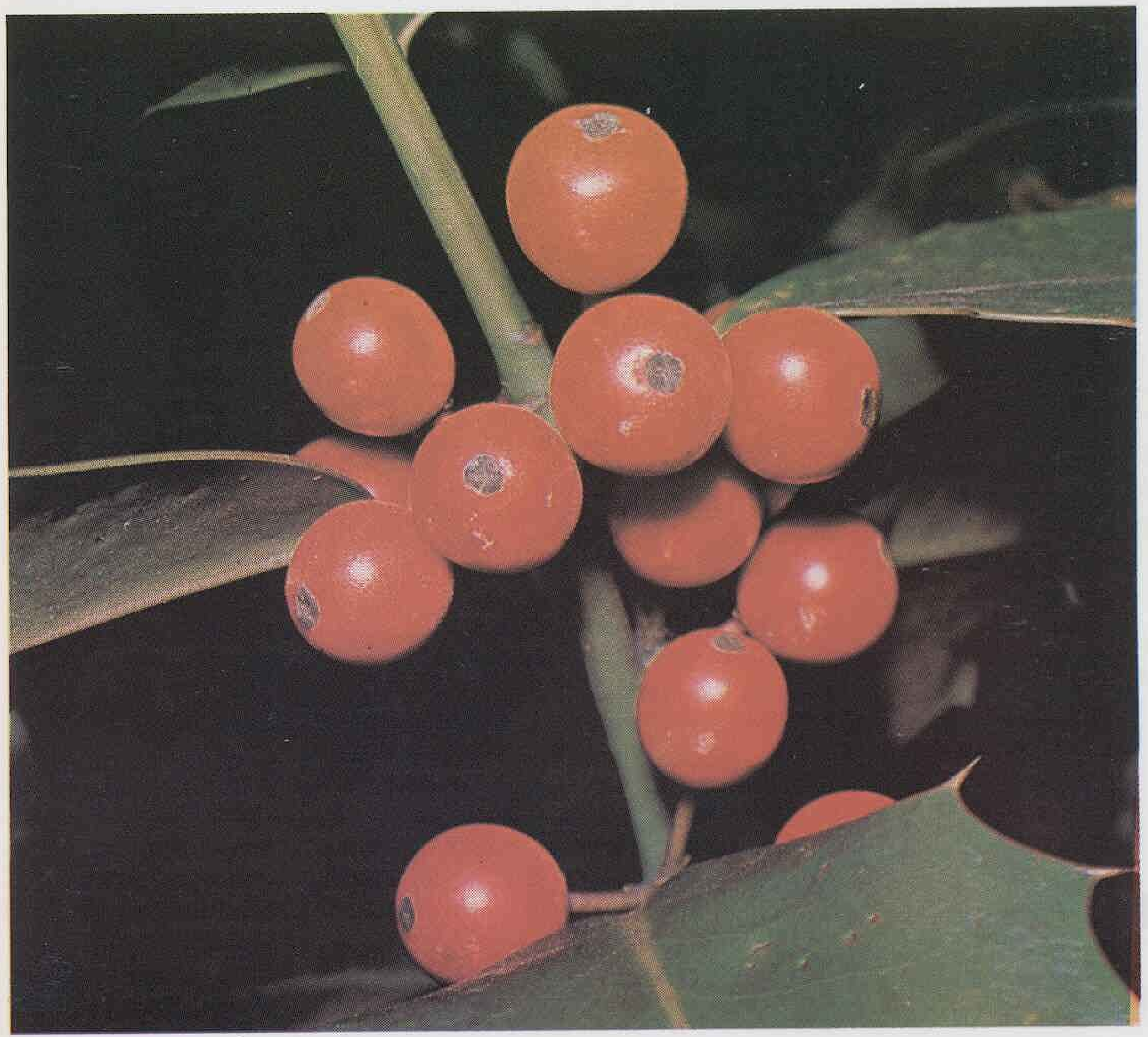


---

159 ACEBO

(Cat.: *grèvol;* eusk.: *gorosti*)
Ilex auifolium

Familia Aquifoliáceas.
Descripción Arbusto, en algunos casos árbol, que se encuentra tanto en estado espontáneo como cultivado. Muy ramificado, con ramas verdes y hojas alternas coriáceas, provistas de un breve pecíolo, ovadolanceoladas, onduladas, con el limbo espinoso. Las flores surgen en la axila de las hojas, con pedúnculo muy corto, hasta el punto que parecen sésiles, dispuestas en verticilos. El cáliz es tetralobulado y la corola tetrapétala, blanca. Los pétalos están soldados por la base. El ovario dispone de cuatro cavidades y el fruto es una drupa roja, carnosa, que contiene de tres a cinco semillas. Como árbol puede alcanzar una altura máxima de 10 m. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Ilicina, teobromina, tanino, goma, cera, ácidos.
Propiedades Antipirético, amargo, antidiarreico.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura.
Nota En pequeñas dosis, las drupas tienen propiedades purgantes, pero es preferible abstenerse de su uso por la facilidad con que se presentan fenómenos heméticos. A partir de la corteza es factible preparar una liga semejante a la del visco. Los frutos tostados se han empleado como sucedáneo del café. La madera se utiliza en trabajos de ebanistería. La raíz se usó también como diurético, pero es preferible acudir a otras especies más comunes y eficaces a fin de no poner en peligro la conservación de la especie.



160 HELENIO

(Cat.: *herba de l'ala;* eusk.: *usteltxa*)
Inula helenium

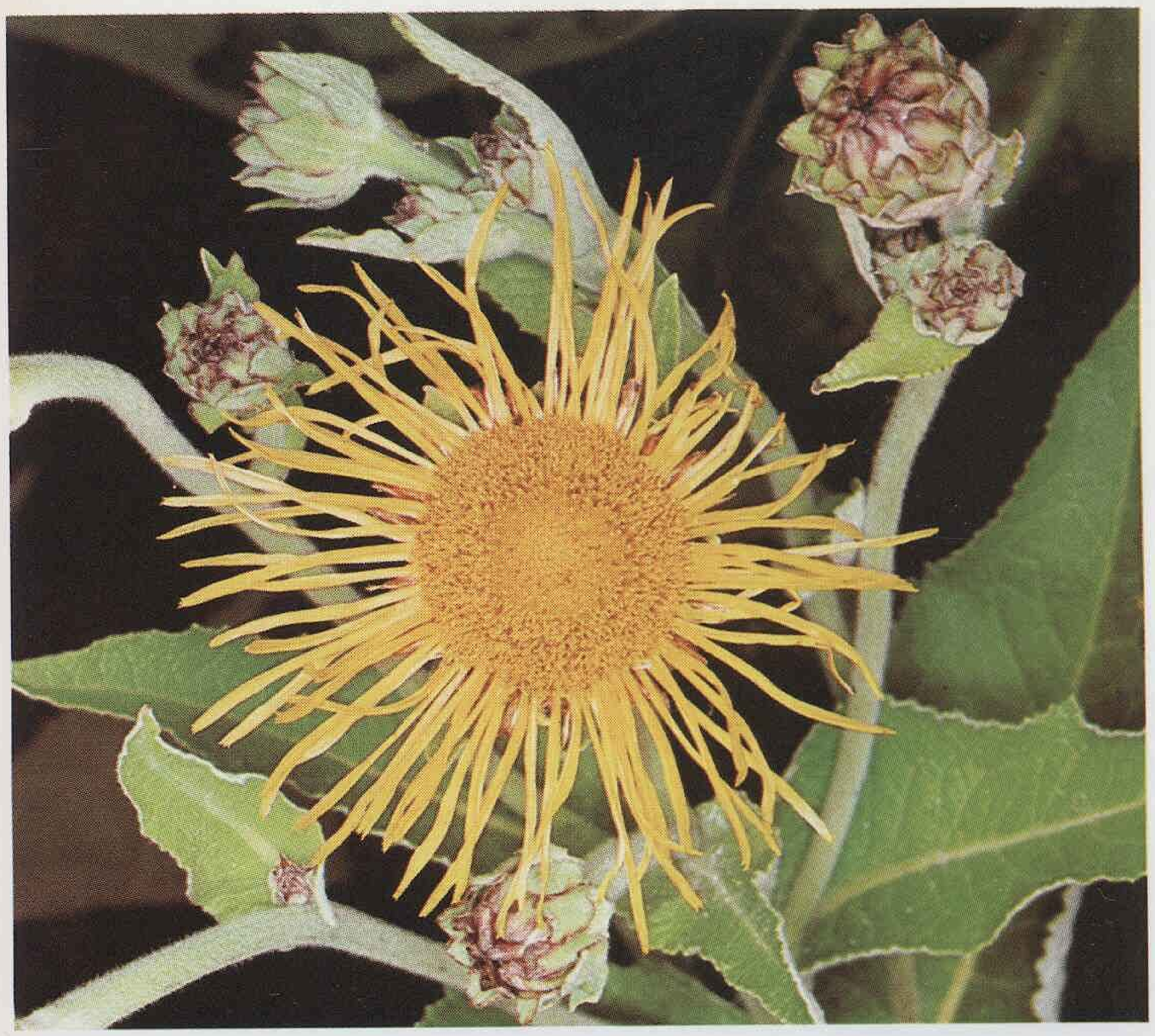
Familia Compuestas.
Descripción Planta perenne, muy robusta y vistosa, con raíz provista de rizoma grueso y carnoso, de hasta 1,5 m de altura. Las hojas basales, grandes, se disponen en roseta; pueden medir hasta 15-20 cm de anchura, con un pecíolo largo, ligeramente dentadas. Las hojas caulinares son más pequeñas, algo acorazonadas, sésiles, casi amplexicaules, muy esparcidas, de color verde claro, rugosas en la lámina superior y delicadamente algodonosas en la inferior. Las flores se disponen en grandes cabezuelas amarillas, con un diámetro de aproximadamente 8 cm, rodeadas por lígulas delgadas que forman una inflorescencia en corimbo irregular. El receptáculo lleva varias capas de pequeñas brácteas imbricadas, pero con una morfología netamente foliar. El fruto es un aquenio oval, pequeño, liso, con vilano provisto de largos pelos. Se cría preferentemente en lugares húmedos y con hierba. Se recolecta en primavera y otoño, de plantas de al menos tres años.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Aceite esencial, azuleno, inulina, resina, mucílagos, sales.
Propiedades Amargo, estomacal, béquico, decolorante.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, jarabe, enolito, polvos.
Nota Esta especie se ha empleado en la fabricación de licores y también como planta ornamental. Poco común espontánea, es ampliamente cultivada. En uso externo se aplican cataplasmas contra los pruritos. Por destilación, proporciona hasta un 2 % de esencia semifluida. A partir de esta especie puede obtenerse fácilmente alcohol. En Alemania constituye un manjar apreciado.

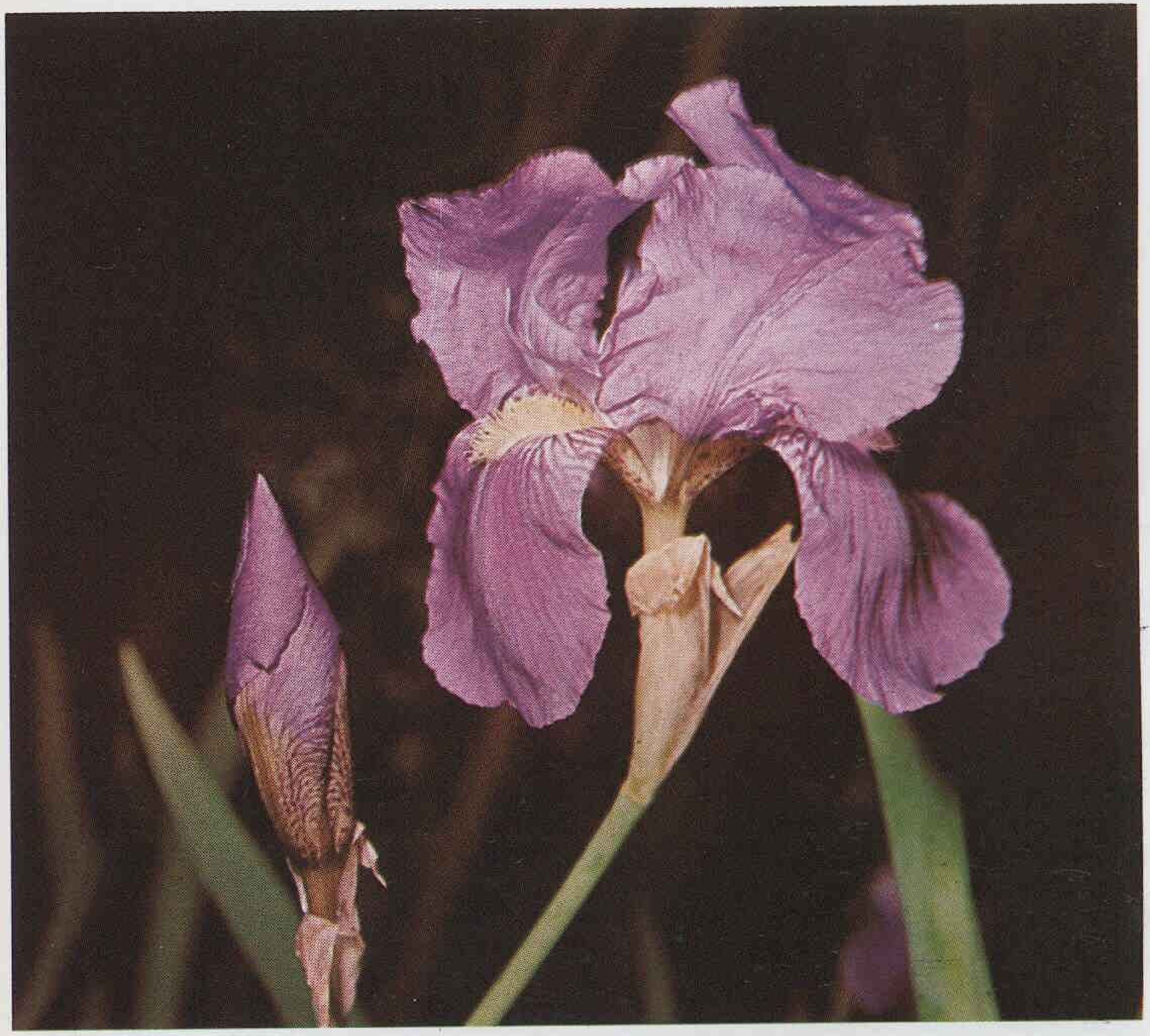
---

161 LIRIO

(Cat.: *lliri blau;* eusk.: *lirio*)
Iris germanica

Familia Iridáceas.
Descripción Planta herbácea perenne con rizoma grueso y con muchas radículas. El tallo mide desde 50 cm a un metro. Hojas espadiformes, largas, terminadas en punta, paralelinervias, de color verde azulado. Flores de color violeta intenso casi sésiles, muy escasas en cada ejemplar, con dos brácteas, tres estambres y tres estigmas. Los frutos están formados por cápsulas oscuras ovoidales que se abren en tres, dejando libres las semillas, que también son muy oscuras y poco abundantes. La planta prefiere crecer en zonas templadas. Abunda cultivada y, en cambio, es escasa espontánea. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Aceite esencial, iridona, iridina, mucílagos, almidón, oxalato cálcico.
Propiedades Expectorante, diurético.
Modo de empleo Decocción, polvos.
Nota La harina del lirio constituye la materia prima para la destilación y fabricación de los polvos. A partir de la destilación se obtiene una sustancia mantecosa, denominada «mantequilla de gladiolo», con intenso olor a viola. Contiene hasta un 10 % de irona y abundante ácido mírstico. Disuelta la mantequilla y enfriada a temperatura muy baja, se obtiene la esencia de gladiolo, con una aproximada densidad de 0,9. El rizoma, desprovisto de corteza, se emplea todavía en algunas zonas como masticatorio para la dentición.





162

ÁCORO BASTARDO

(Cat.: *lliri groc;* eusk.: *lirio*)
Iris pseudoacorus

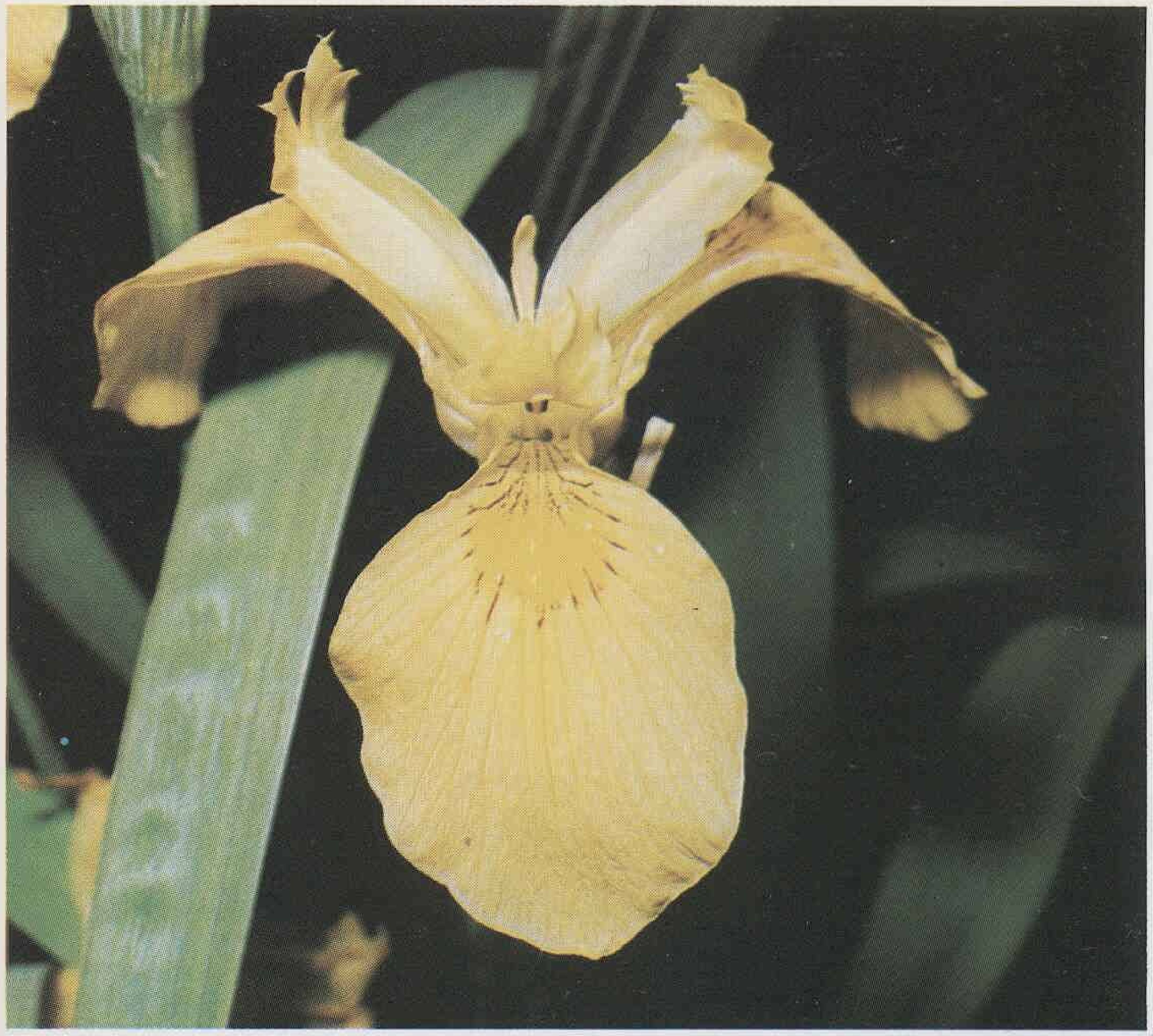
Familia Iridáceas.
Descripción Planta con rizoma horizontal, grande, muy ramificado, del que parten tallos erectos y lisos, hojas ensiformes, paralelinervias, erectas. Las flores son amarillas, con periantо variable. Lacinias ovales, con las internas más estrechas que los estambres. La cápsula contiene semillas parduscas, trígonas, terminadas en punta. Común en lugares encharcados, junto a corrientes de agua, en el llano. Alcanza una altura de más de un metro. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Tanino, irisina, mucílagos, resina.
Propiedades Emético, astringente, rubefaciente.
Modo de empleo Polvos, infusión, tintura.
Nota No debe abusarse de los preparados a base de ácoro falso, ya que pueden provocar vómitos e intensas diarreas. El polvo de rizoma se ha empleado como estornutatorio en los resfriados de cabeza. Las semillas tostadas se han usado como sucedáneo del café.

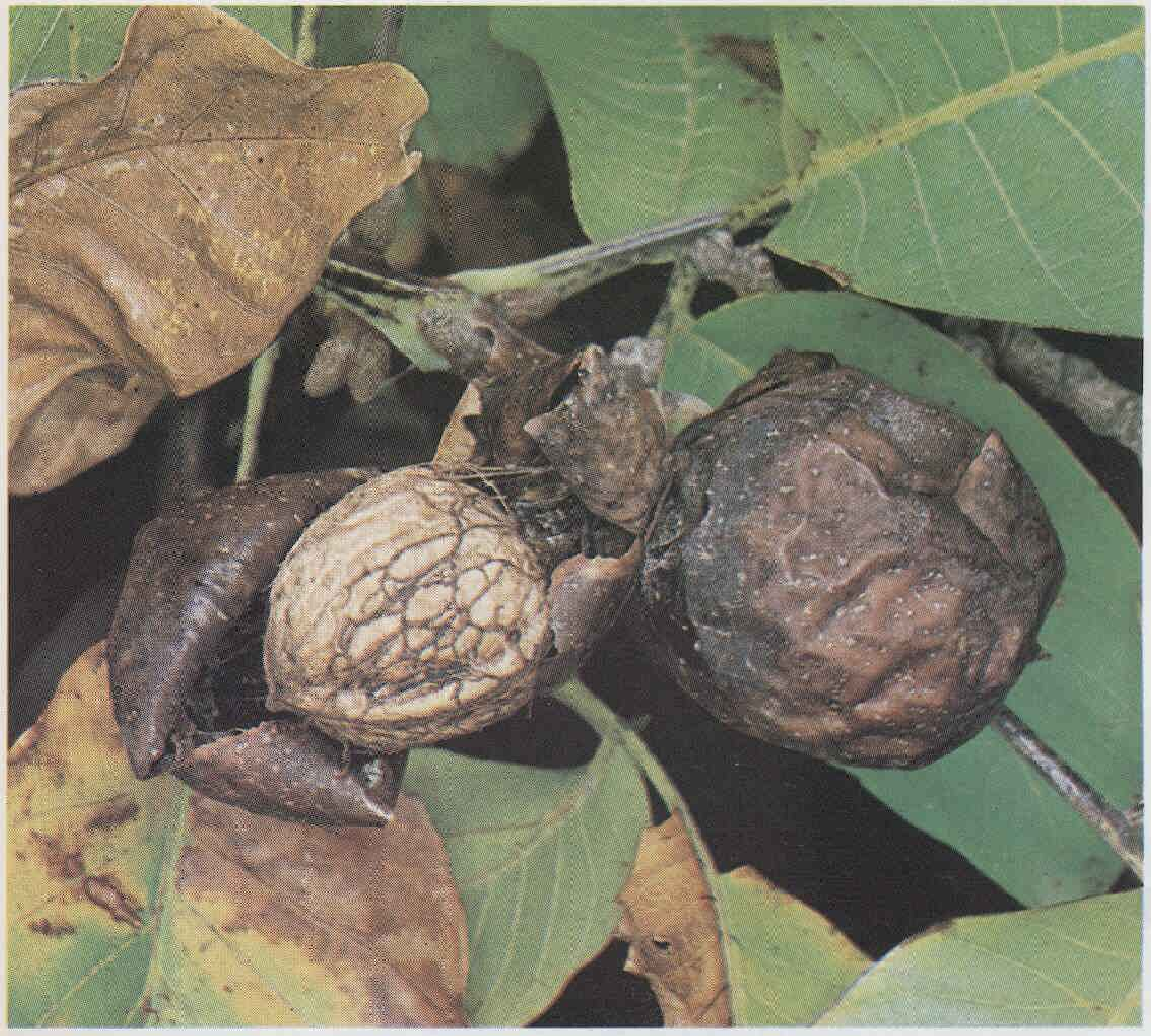
163

NOGAL

(Cat.: *noguera;* eusk.: *etzaur*)
Juglans regia

Familia Juglandáceas.
Descripción Del latín *glans Jovis,* glándula de Júpiter. Árbol que puede alcanzar los 12-15 m de altura, frondoso, con el tronco erguido muy ramificado y corteza de color blanco ceniza. Las hojas son alternas, de color verde oscuro, imparipinnadas, con folíolos elípticos, acuminadas, coriáceas, penninervias. Las flores masculinas proceden de yemas del año anterior, mientras que las femeninas aparecen sobre ramificaciones del año. El fruto es una drupa carnosa en el exterior y con un endocarpo leñoso. La semilla es rugosa y oleosa. Esta especie procede de Asia, pero actualmente se cultiva en toda Europa y aparece subespontánea en algunos bosques. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Hojas y frutos.
Compuestos químicos Inositol, yuglona, tanino, ácido gálico, yuglandina, caroteno, pirogalol.
Propiedades Hipoglucemizante, depurativo, galactófugo, rubefaciente, antiescrofuloso.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, maceración, enolito, oleolito.
Nota A partir de la nuez se obtiene una sustancia colorante, y del corcho se preparan bronceadores. El aceite de los frutos es comestible, pero de fácil enranciamiento; se usa como desecante en pintura. La madera es muy apreciada para trabajos de ebanistería. A partir de las hojas y de la corteza se obtiene un tinte vegetal para los cabellos. En el campo, la decocción se emplea para humedecer la piel de los animales de establo a fin de alejar a los tábanos. Los frutos inmaduros se emplean en la fabricación de licores.



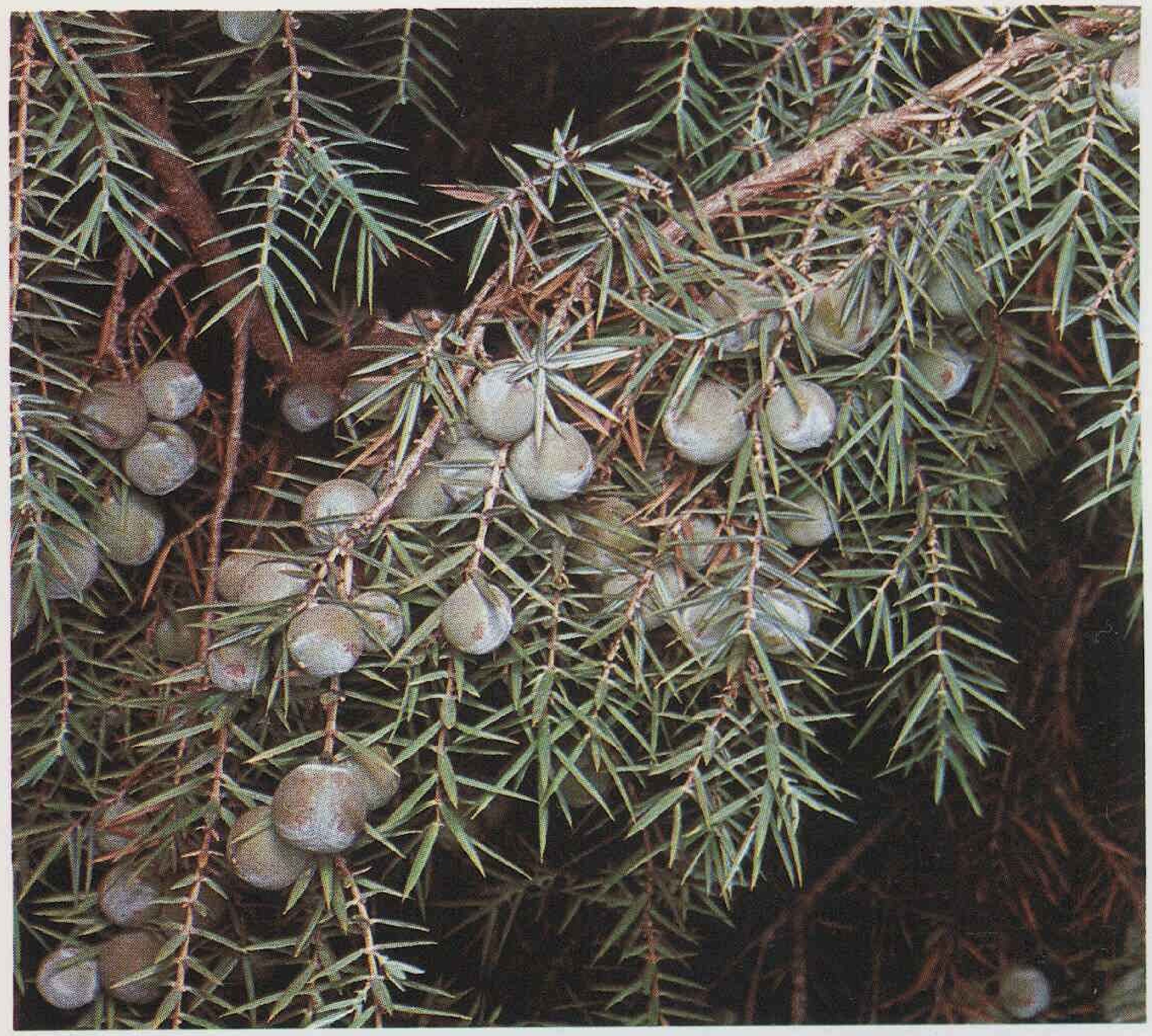


164

ENEBRO COMÚN

(Cat.: *ginebre;* eusk.: *epuru*)
Juniperus communis

Familia Cupresáceas.
Descripción Arbusto, a veces de porte arbóreo, de hasta 3 m de altura. Las hojas son de color verde, estrechas, delgadas, coriáceas, muy puntiagudas, con una línea clara que recorre toda su longitud. En relación con las flores, la planta puede ser masculina cuando aquéllas se agrupan en amentos globosos, con los estambres dispuestos en grupos de dos o tres reunidos con un lóculo que contiene el polen. Las femeninas presentan un segmento que sostiene las escamas, en cuya base se disponen los óvulos. El fruto es una falsa baya formada por las brácteas que rodean las flores, muy desarrolladas y soldadas hasta formar un fruto esférico, de color gris azulado, denominado erróneamente baya. Las semillas, en número de dos a ocho están envueltas por una vaina coriácea ovoidal. Crece espontáneo en toda Europa, desde las llanuras al piso alpino; frecuentemente es objeto de cultivo. Se recolecta en verano y otoño.
Partes utilizadas Hojas, bayas (cono), corteza.
Compuestos químicos Aceite esencial, pinenos, canfenos, cadineno, terpenol, azúcar, resina, ácidos orgánicos.
Propiedades Antirreumático, diurético, balsámico, digestivo, sudoríparo, antiséptico.
Modo de empleo Infusión, decocción, extracto fluido, aceite esencial, tintura, jarabe.
Nota La esencia se extrae con un rendimiento medio del 1 %. Es incolora y resinífera. Se emplea en la fabricación de licores, y los desechos se destinan a pienso para el ganado o para la extracción de alcohol. A partir de las ramas se obtiene otra esencia, mediante destilación seca (aceite de cada). Con los gálbulos se elabora la ginebra, mientras que las hojas se emplean en tisanas aromáticas.

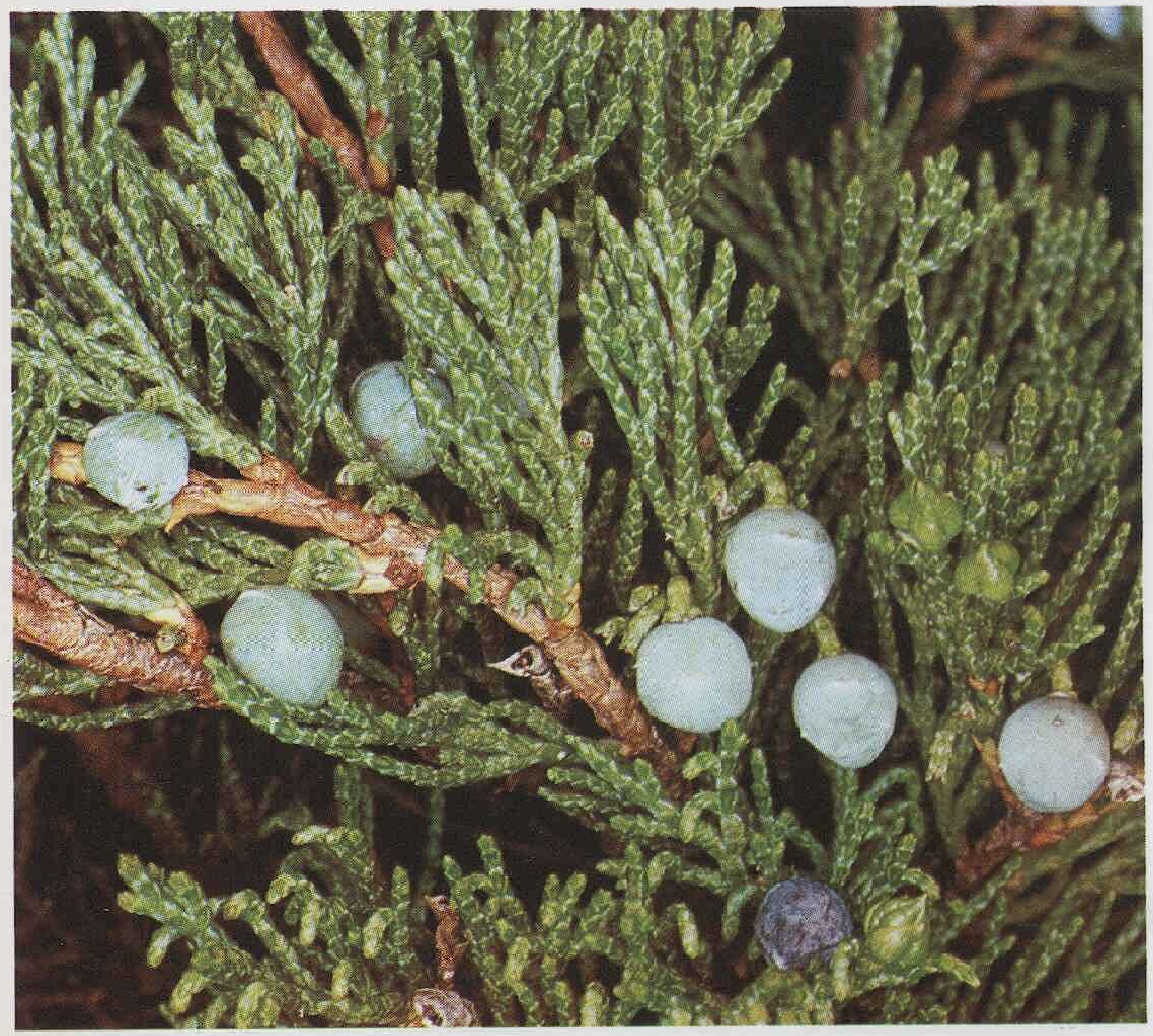


165

SABINA

(Cat.: *savina;* eusk.: *miterr*)
Juniperus sabina

Familia Cupresáceas.
Descripción Arbusto perenne, con abundantes ramificaciones terminadas en ramitas muy delgadas y numerosas, flexibles, de color verde, ya que están completamente recubiertas de folíolos. En condiciones favorables de clima y sustrato puede alcanzar los 8-10 m de altura. Las hojas, que no presentan la forma habitual, se disponen opuestas en parejas, decusadas y decurrentes, imbricadas hasta el punto que impiden la visión del color pardo de las ramas. Están provistas de una glándula externa con esencia que confiere a la especie su característico olor agradable. Las flores son masculinas y femeninas: las primeras se agrupan en amentos ovales provistos cada uno de ellos de una bráctea. Los segundos, en cambio, se desarrollan en un pequeño gálbulo del tamaño de una judía, con reflejos azulados y que contienen por lo general dos semillas rugosas, ovales. Crece casi exclusivamente en las zonas montañosas, aunque a veces también se cultiva en jardines como especie ornamental. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las ramitas.
Compuestos químicos Sabinol, sabineno, pineno, geraniol, citronol, tanino, cera, resina.
Propiedades Emenagoga, emética, abortiva.
Modo de empleo Infusión, esencia, extracto fluido, tintura, polvos.
Nota La planta sólo debe administrarse bajo estricto control médico, ya que es un peligroso abortivo. La destilación de las ramitas suministra una esencia tóxica, con un rendimiento medio del 1,4 %, la cual, además de ser oxitócica, posee propiedades insecticidas.



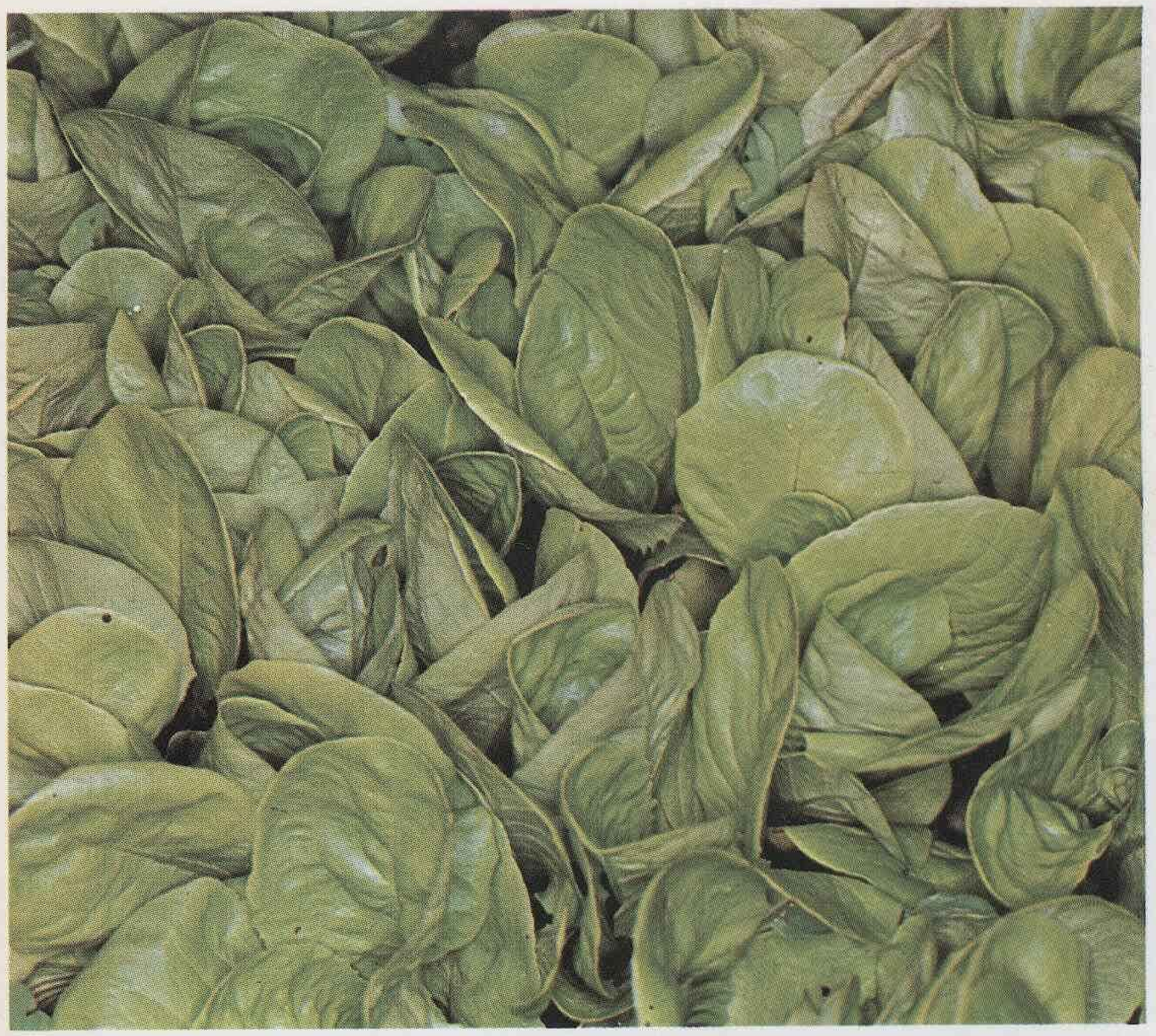
166 LECHUGA
(Cat.: *enciam;* eusk.: *urraza*)
Lactuca sativa

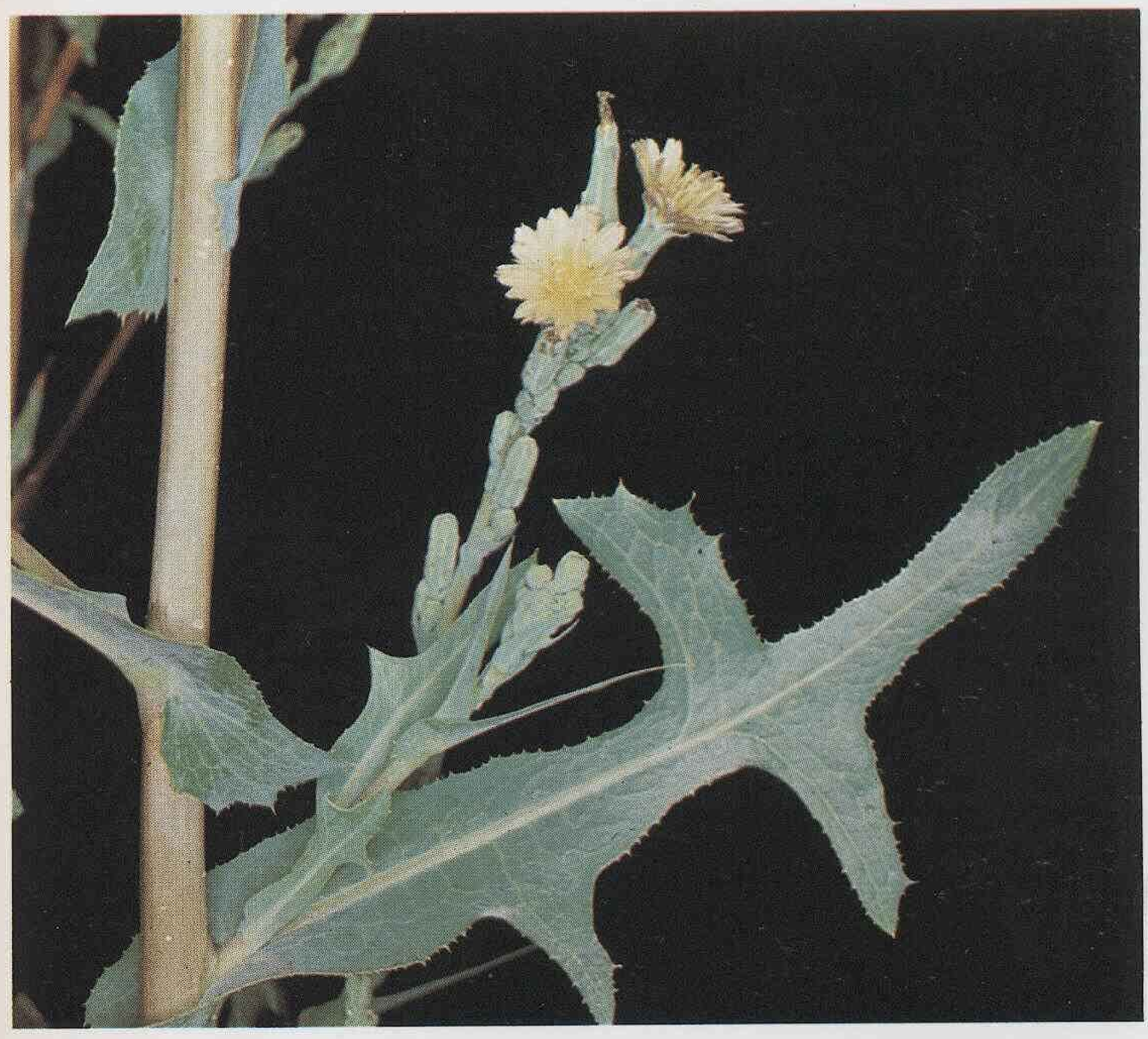
Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea anual, frecuentemente bianual, provista de raíz axonomorfa y abundantes radículas. Las hojas adoptan formas distintas según la variedad, aunque suelen ser redondas o circulares, con el margen entero, de color verde claro. Las hojas se superponen en capas cada vez más apretadas, desde la base a la extremidad, hasta adoptar una forma externa esferoidal. A menudo son ligeramente lobadas. Las hojas enteras, próximas al tallo, son sésiles y amplexicaules. La inflorescencia está formada por una espiga con numerosas cabezuelas. Las flores de las cabezuelas son pequeñas y con lígulas de color amarillo. Los frutos son aquenios ovalados que disponen de un rostro y de un vilano formado a su vez por numerosos pelos. Sólo crece en estado cultivado. Los ejemplares subespontáneos proceden de ejemplares de cultivo. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas y el zumo.
Compuestos químicos Sales minerales, vitaminas, azúcares, proteínas vegetales.
Propiedades Calmante, emoliente, vitamínica.
Modo de empleo Jugo, pulpa, extracto fluido.
Nota Las hojas son muy apetecibles para las cucarachas. Las semillas contiene un aceite comestible. En algunas regiones, las hojas desecadas y curtidas se fuman en lugar del tabaco. A partir de la pasta resultante de machacar las hojas, se obtiene un extracto menos eficaz que el lactuario, que procede de la lechuga silvestre.

---

167 LECHUGA SILVESTRE
(Cat.: *enciam boscà*)
Lactuca virosa

Familia Compuestas.
Descripción Planta bianual, con raíz fasciculada, cilíndrica, con abundantes radículas. El tallo es erecto, hueco, glabro, ramificado. Las hojas inferiores se disponen en roseta y son ovadas. Las superiores, en cambio, son sésiles, amplexicaules, uncinadas, espinosas. La nerviación central lleva acúleos. La inflorescencia está formada por una pequeña espiga apical de flores de color amarillo claro, liguladas. Los frutos son aquenios, negros, de pequeñas dimensiones, con el vilano terminal. El parénquima de la corteza posee abundantes vasos lactíferos. Crece espontánea por doquier, preferentemente sobre suelos calcáreos y soleados. Se recolecta durante la floración, que tiene lugar a finales del verano. Puede alcanzar y superar el metro de altura.
Partes utilizadas Las hojas y el látex (lactuario).
Compuestos químicos Alcaloide químicamente mal definido, ácidos orgánicos y sustancias amargas, ésteres (lactucerol), lactupicrina y lactucina, alcoholes, enzimas.
Propiedades Sedante e hipnótica.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, zumo.
Nota El lactuario se obtiene por incisión en los vasos lactíferos del tallo. Posee una acción similar al opio, pero no crea dependencia. Sin embargo, no debe desatenderse su acción tóxica, que puede llevar a la muerte por parálisis cardíaca.





168 ORTIGA MUERTA

(Cat.: *ortiga morta;* eusk.: *zaparta-belar*)
Lamium album

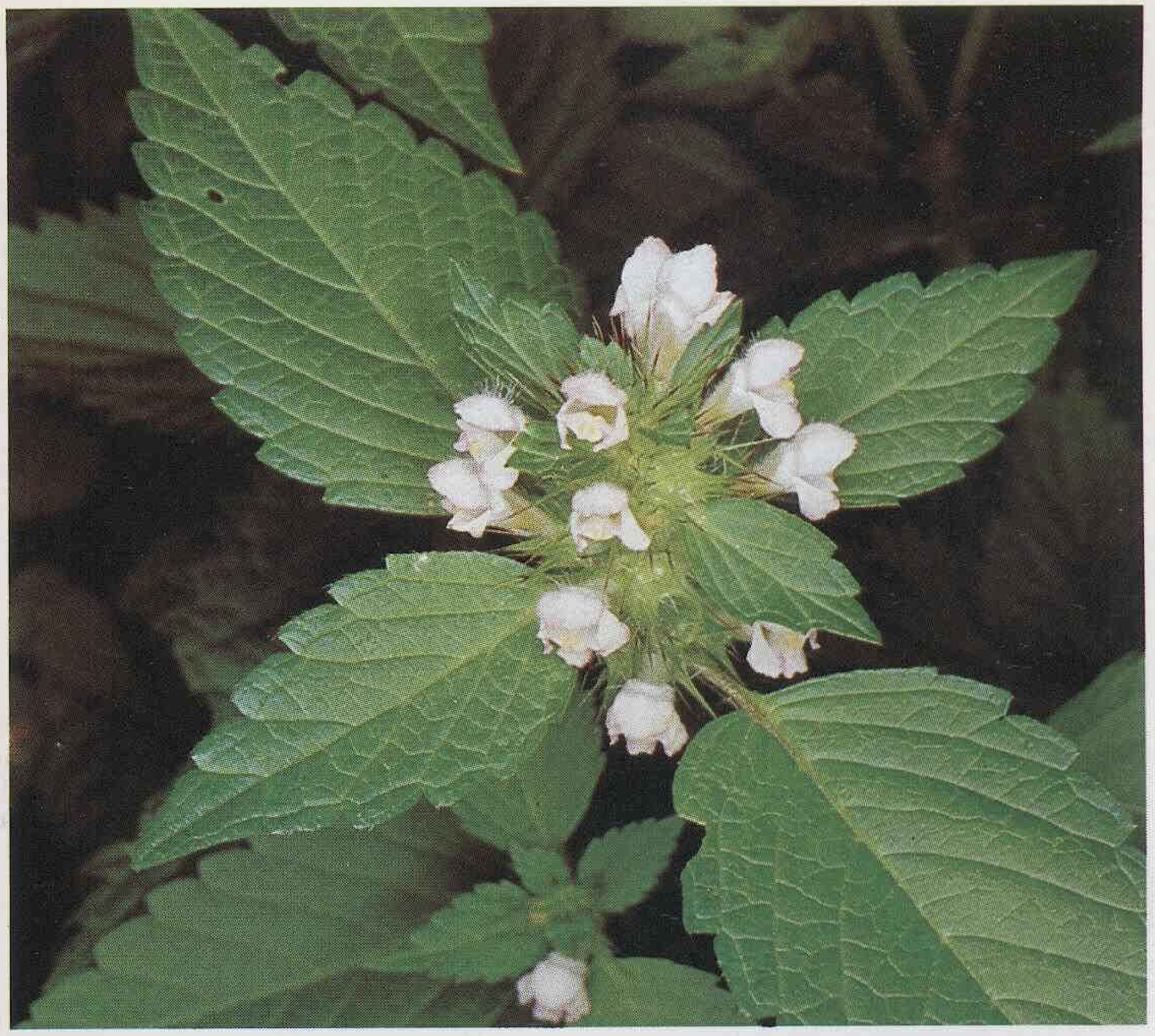
Familia Labiadas.
Descripción Planta perenne, herbácea, con raíz rizomatosa larga, de la que parten varios tallos de aproximadamente medio metro de altura, de sección cuadrangular y cara acanalada. Las hojas, de un hermoso color verde, se disponen opuestas en parejas, las inferiores desplazadas 90° con respecto a las superiores, ovales, acorazonadas, muy rugosas, terminadas en punta con el margen dentado. Pecíolo curvado, en el ápice casi sésil. Las flores se reúnen en la axila de las hojas más altas y poseen un cáliz tubular, pentadentado. La corola, blanca, presenta la parte inferior en forma de tubo doblado y con dos labios. El fruto es un tetraquenio, de forma triangular, oscuro. Crece por doquier, en los campos, a lo largo de los caminos, en sitios húmedos. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Mucílagos, taninos, aceite etéreo, saponina, potasio.
Propiedades Vasoconstrictora, hemostática.
Modo de empleo Infusión, polvos, zumo, tintura.
Nota Las extremidades de la planta, una vez cocidas, suelen comerse a modo de ensalada. En aplicación externa se emplea como cataplasma sobre los nódulos de las hemorroides. El agua destilada de las flores y de las hojas proporciona un colirio eficaz en las oftalmias.

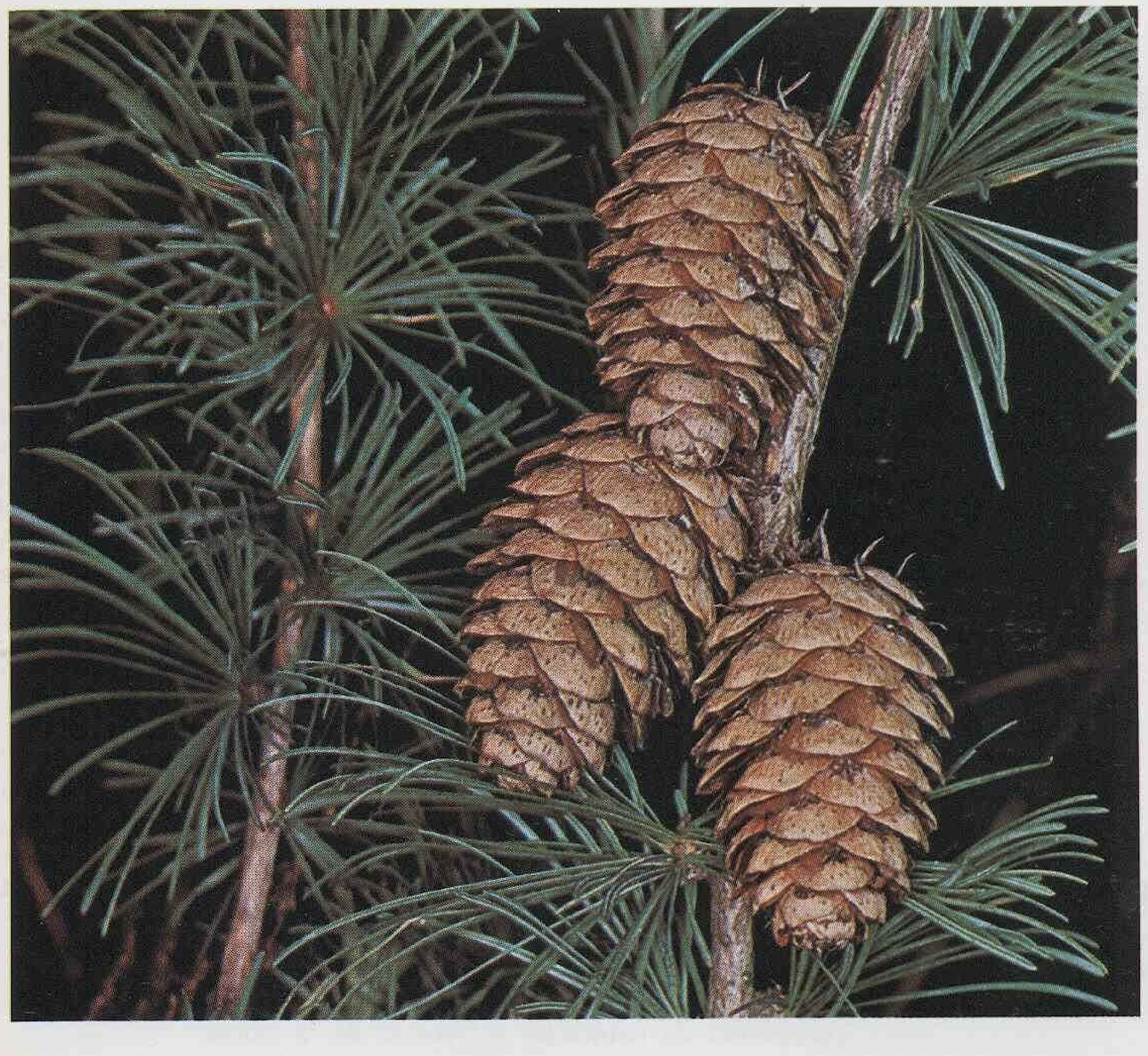
---

169 ALERCE EUROPEO

(Cat.: *alerç*)
Larix decidua

Familia Coníferas.
Descripción Árbol con tronco erguido y corteza provista de una serie de manchas rojizas. Ramificaciones casi horizontales, ligeramente vueltas hacia arriba. Con la edad, las hojas adquieren un color verde pálido con dos bandas dispuestas en toda su longitud. El mismo pie lleva flores masculinas y femeninas, dispuestas respectivamente sobre pequeños conos (estróbilos) y sobre piñas de color marrón claro. Los frutos están formados por escamas imbricadas, consistentes, de color rojizo. Las semillas son ovales, con una especie de aleta en el borde, y se disponen en la axila de cada escama. Es una planta propia de las zonas montañosas y crece en estado espontáneo hasta los 2.000 m de altura. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La resina.
Compuestos químicos Trementina, aceite esencial, ácido laricínico, resina, sustancia amarga.
Propiedades Balsámico, hemostático.
Modo de empleo Jarabe, esencia, liparolito.
Nota La resina está contraindicada para los pacientes renales. Por destilación, proporciona esencia de trementina, que constituye un antídoto eficaz en los envenenamientos por fósforo. Las hojas contienen vitamina C, y por ello son adecuadas para el tratamiento de los resfriados. Los troncos emiten un maná azucarado. El agarico blanco es un huésped común del alerce.





170 LAUREL

(Cat.: *llorer;* eusk.: *eriñotz*)
Laurus nobilis

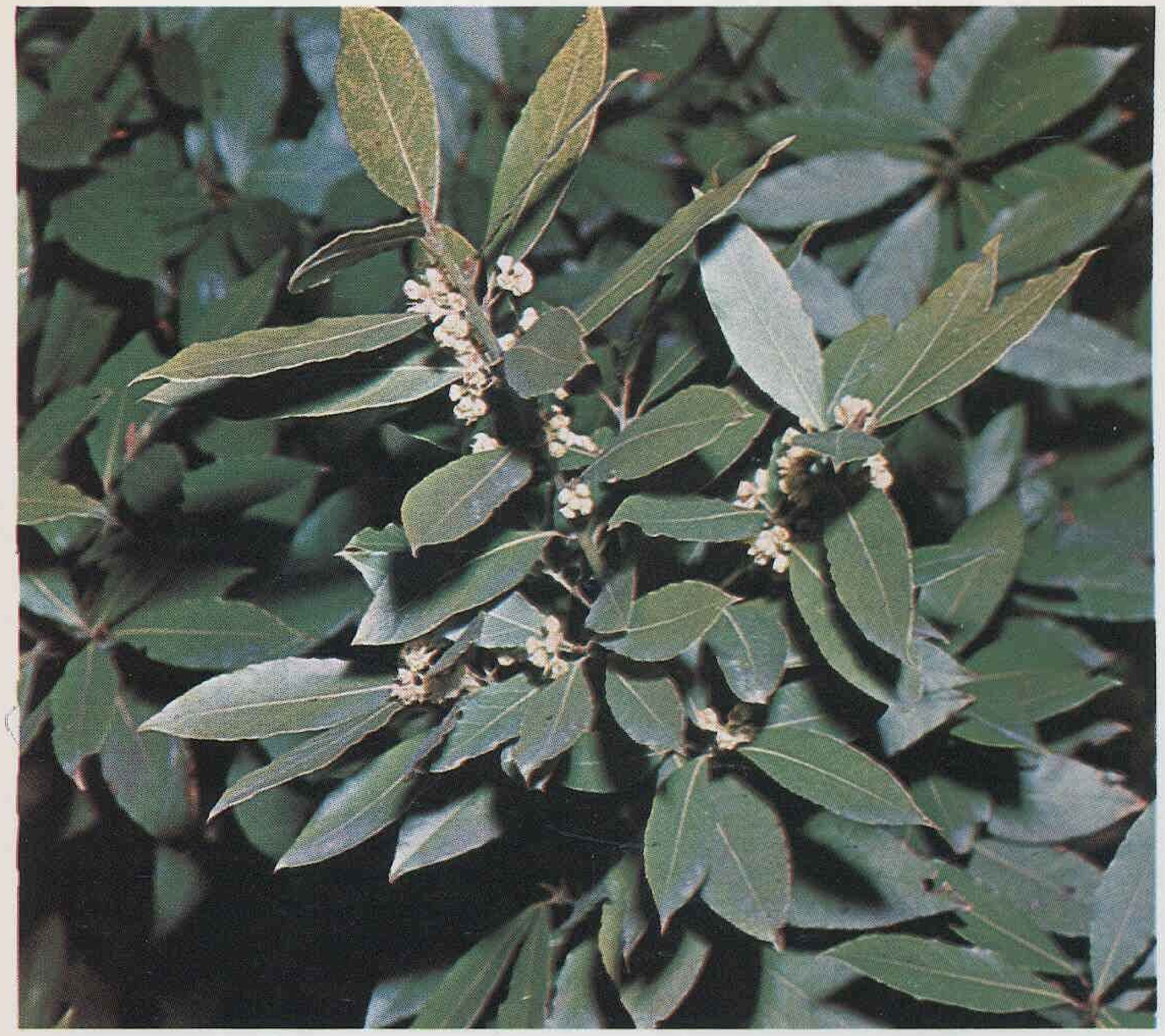
Familia Lauráceas.
Descripción Planta perenne que puede alcanzar grandes dimensiones, según la naturaleza del sustrato. Presenta muchas ramificaciones y abundante follaje. Las hojas tienen un corto pecíolo. Son lisas, coriáceas, brillantes en la cara superior, opacas en la inferior, de color verde más o menos intenso, con muchas nerviaciones pronunciadas entre las que se observan por transparencia, numerosas glándulas oleíferas. Las flores se reúnen en pequeñas umbelas de color amarillo, con ambos sexos separados: las masculinas presentan de ocho a doce estambres mientras que las femeninas tienen un ovario monolocular, un estilo y un estigma. El fruto es una drupa de color oscuro, casi negro, que encierra una semilla. Es común como espontáneo en los bosques de la zona templada, y se cultiva por doquier como planta ornamental. Se recolecta preferentemente en verano.
Partes utilizadas Las hojas y los frutos.
Compuestos químicos La esencia contiene ácido láurico, pineno, felandreno, eugenol, éteres, mucílagos, tanino, resina.
Propiedades Digestivo, antiséptico, balsámico, carminativo.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, esencia.
Nota Las hojas son muy utilizadas como condimento aromatizante. De ellas se obtiene un aceite esencial con un contenido variable de aproximadamente el 1 al 3 %, de color amarillo y aroma peculiar. Las bayas contienen aceite graso, utilizado en perfumería para la preparación de jabones. En farmacia se utilizó antaño para la confección de algunos ungüentos. La esencia interviene en la composición de numerosos licores. La madera se emplea para ahumar y aromatizar carnes y quesos.

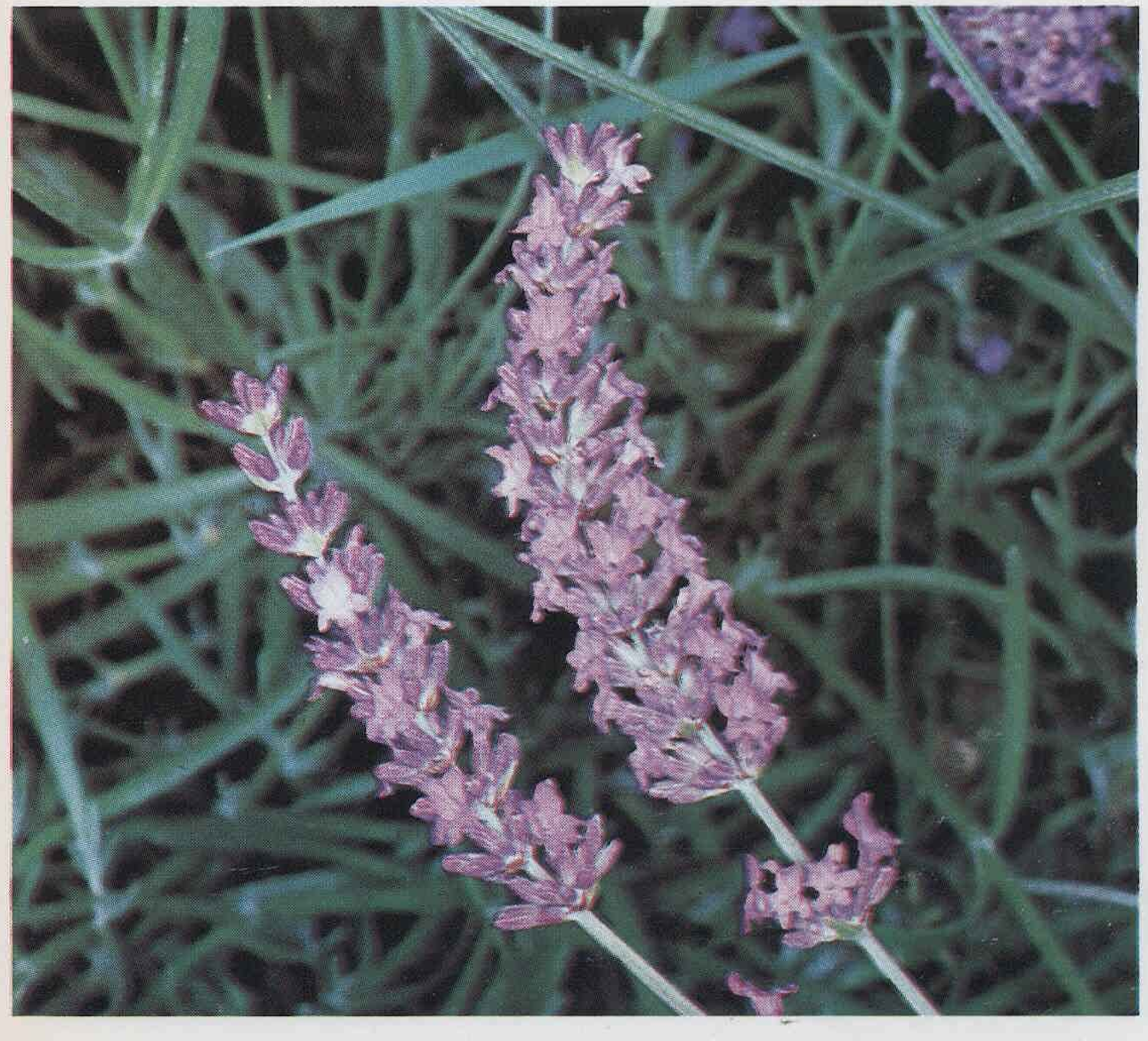
---

171 ESPLIEGO

(Cat.: *espígol;* eusk.: *ispiliku*)
Lavandula officinalis

Familia Labiadas.
Descripción Subarbusto anual de ramas erguidas, lignificadas, sin hojas en la parte basal, de hasta un metro de altura, tallos de sección cuadrangular, grisáceos y pubescentes. Las hojas son opuestas, largas, estrechas, terminadas en punta de lanza, de color verde claro a causa del tomento. La inflorescencia se dispone en la extremidad del tallo, en la que grupos de flores superpuestas forman una serie de verticilos: las flores están tan próximas, que en el sector floral del tallo no hay hojas, y acaban por constituir una espiga compacta. El cáliz es tubular, largo, pentalobulado. La corola tubular presenta dos labios: el superior bilobulado y el inferior trilobulado. Todas las flores son de color violáceo con reflejos azulados. El fruto está formado por cuatro aquenios ovales alargados, de color pardo oscuro. Crece espontáneo desde el litoral hasta la montaña, aunque también se cultiva ampliamente. La recolección tiene lugar en verano.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Acetato de linalilo, linalol, cumarina, tanino, saponina, heterósidos.
Propiedades Antiséptico, tónico, antispasmódico.
Modo de empleo Infusión, jarabe, tintura, extracto fluido, esencia, agua destilada, oleolito.
Nota La esencia de espliego se obtiene en una proporción variable del 0,8 al 1 %. Se usa ampliamente en perfumería y en farmacia. Las hojas sirven para aromatizar los alimentos. Esta especie es buscada por las abejas. Se pensó que el aceite esencial tenía la propiedad de neutralizar el veneno de la víbora.



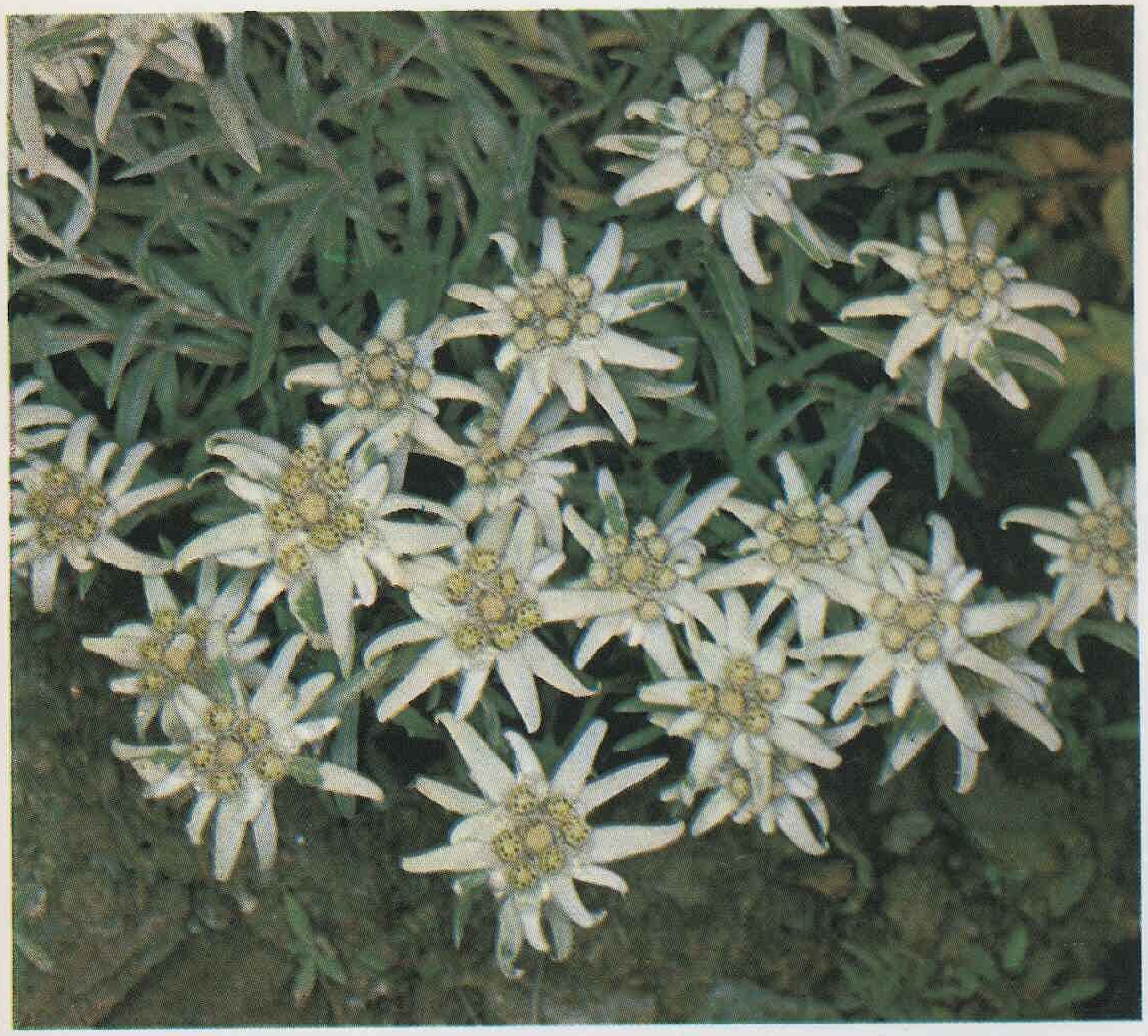


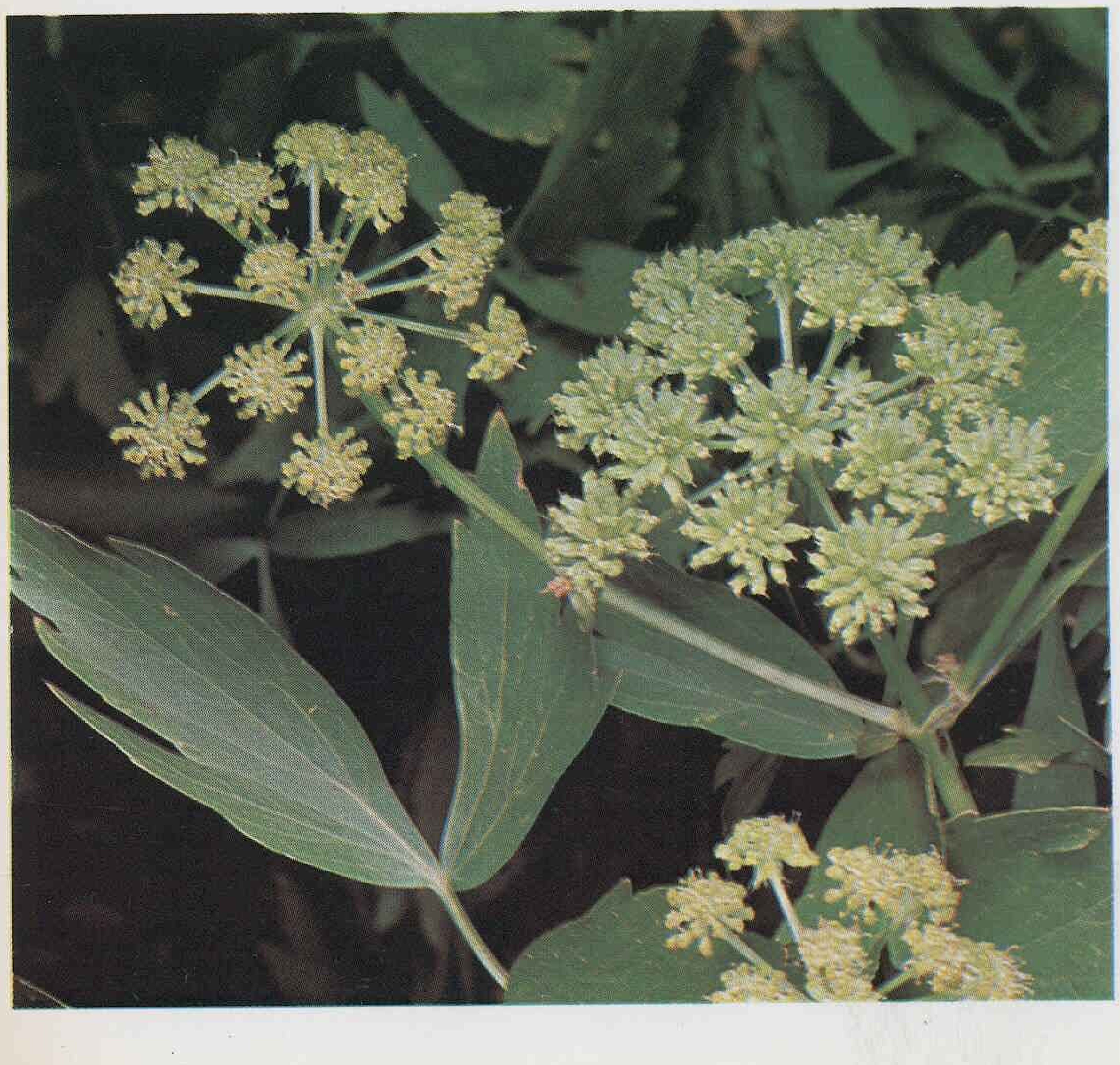
172 LEONTOPODIO
Lentopodium alpinum

Familia Compuestas.
Descripción Hierba provista de rizoma oblicuo con numerosas radículas. El tallo es erecto, tomentoso al igual que toda la planta. Las hojas son lanceoladas, oblongas. Las basales se disponen en roseta y las caulinares, esparcidas, de color ceniza, tomentosas. Las flores forman una cabezuela terminal con hojas afieltradas, patentes, dispuestas en estrella. Las flores periféricas son femeninas y las centrales, masculinas. El fruto es un aquenio cilíndrico, truncado, con pelos. Puede alcanzar los 25-30 cm de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Tanino, goma, sales, sustancia amarga.
Propiedades Astringente, béquico.
Modo de empleo Polvos, tintura, infusión.
Nota Especie muy conocida, auténtico símbolo de la montaña, es muy buscada para conservarla en seco. De ahí la necesidad de su protección. También se cultiva, aunque con escaso rendimiento. Es propia de zonas alpinas.

173 LEVÍSTICO
(Cat.: *api bord de muntanya*)
Levisticum officinale

Familia Umbelíferas.
Descripción Planta herbácea perenne con raíz axonomorfa, larga. El tallo es cilíndrico, mide más de un metro y se ramifica en la parte superior. Las hojas son grandes, tripinnatopartidas, con la lámina ligeramente romboidal o cuneiforme, irregularmente dentada. La inflorescencia es una umbela con las flores fértiles agrupadas, de color amarillo verdoso, con un invólucro de brácteas. Cáliz y corola, pentasépala y pentapétala, con orejuelas en el ápice. El fruto es oblongo, siempre liso, con dos aquenios provistos de cinco costillas. Crece espontáneo o cultivado en los prados de montaña, en los setos, próximo a las corrientes de agua. Se recolecta en otoño y en primavera.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Aceite esencial, terpinol, terpenos, ésteres, ácidos, tanino, resinas, goma, grasas, azúcares.
Propiedades Carminativo, digestivo, diurético, emenagogo.
Modo de empleo Polvos, enolito, tintura, infusión.
Nota La destilación de la planta proporciona una esencia con una riqueza media de 0,5 %, que se emplea en perfumería y en la fabricación de licores; se utiliza también como digestivo. En muchas zonas de montaña las hojas apicales se emplean como condimentos aromatizantes.

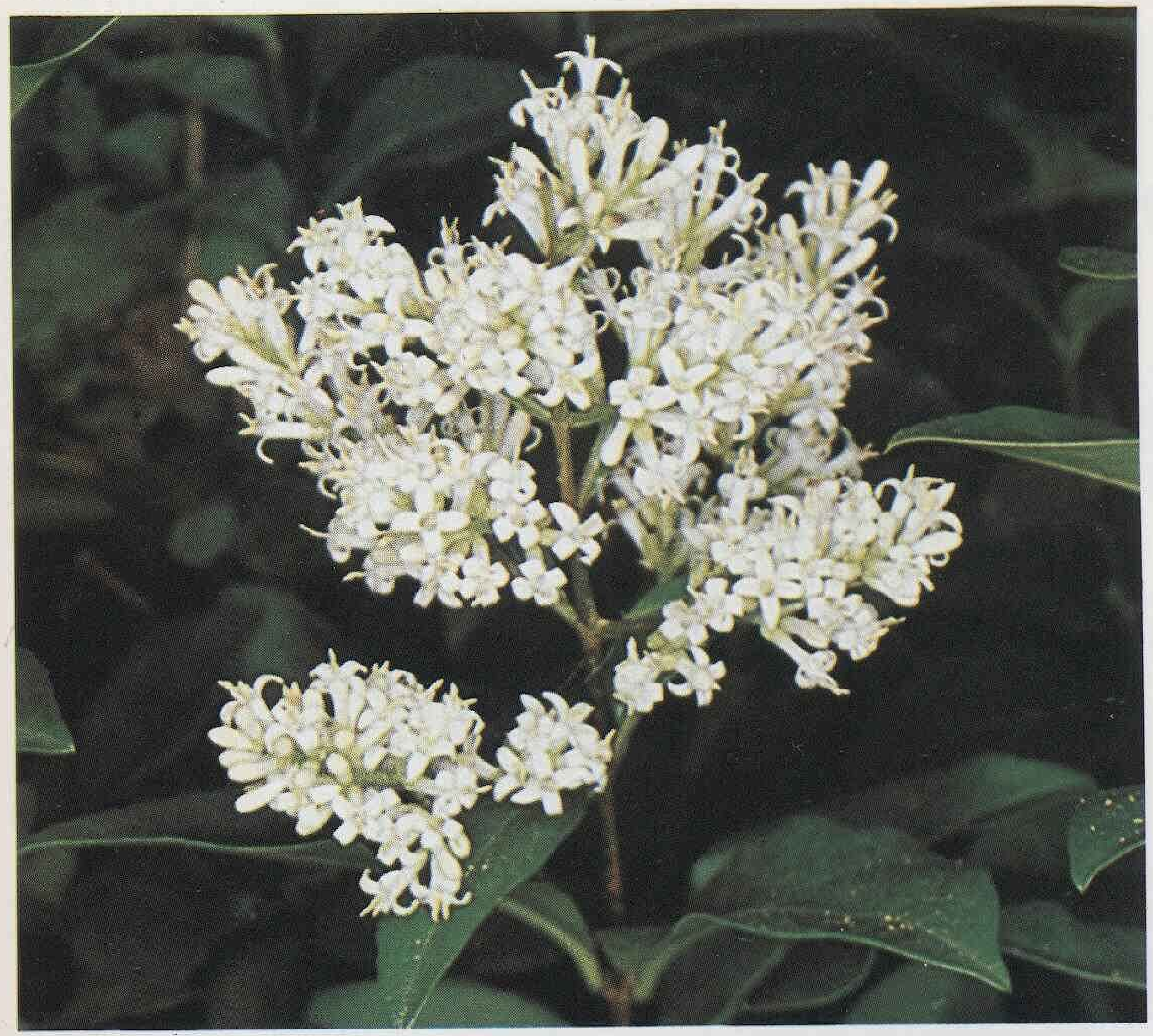




174 ALHEÑA

(Cat.: *olivella;* eusk.: *zuhain madarikatu*)
Ligustrum vulgare

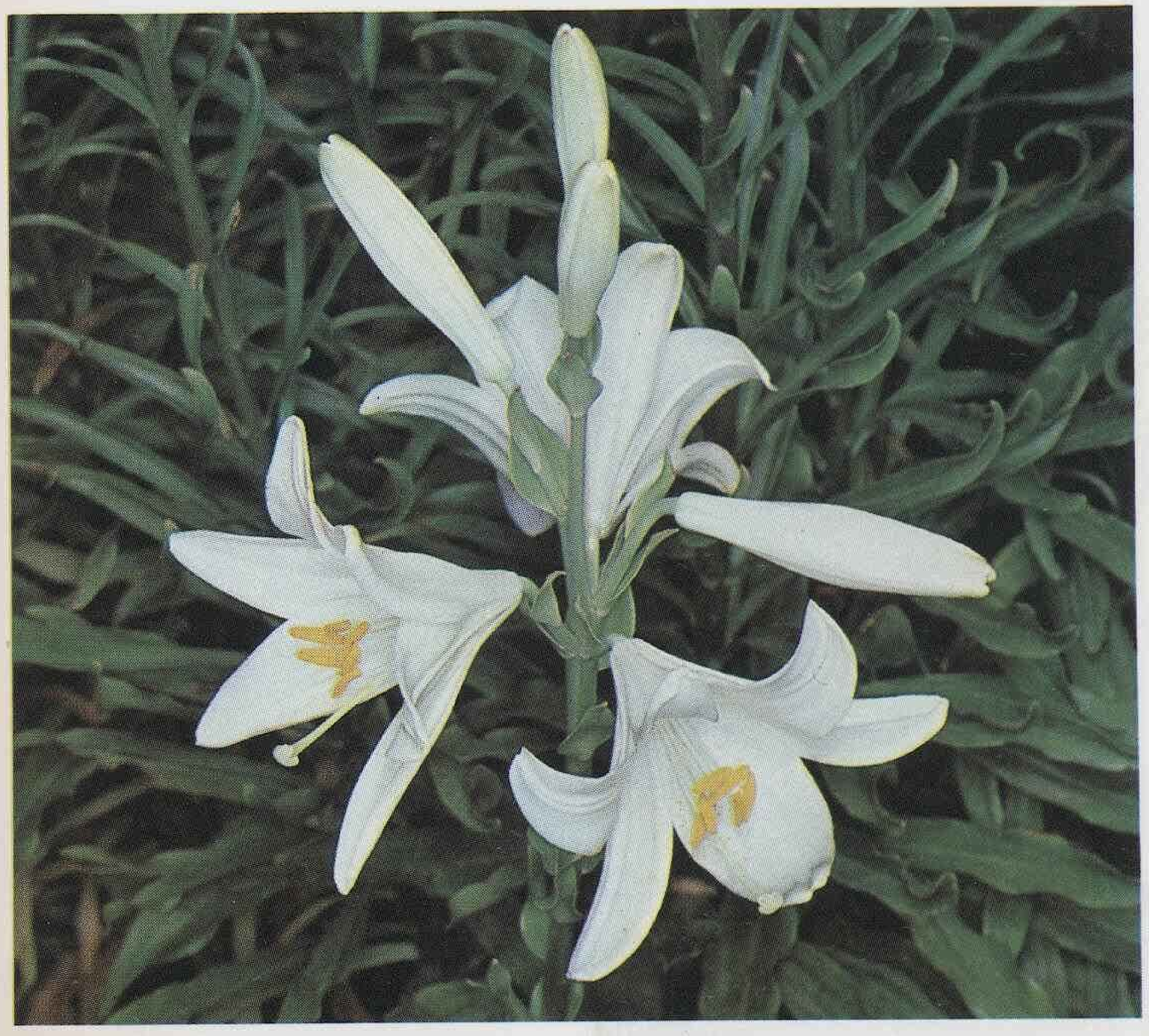
Familia Oleáceas.
Descripción Arbusto, a veces arbolillo, con las ramificaciones ligeramente pubescentes y hojas ovales o elípticas, lanceoladas, coriáceas, con una clara nerviación mediana, brevemente pecioladas, con el margen entero, lámina superior brillante, opaca la inferior. Flores reunidas en espiga apical, con pecíolo colgante, cáliz tubular, tetradentado, corola tubular, tetralobulada, blanca. El fruto es una baya ovoidal, negruzca, que encierra las semillas. Planta que crece espontánea y que también se cultiva sobre suelos calcáreos, tanto de la llanura como de las colinas. Supera a menudo los dos metros de altura. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Ligustrina, resina, tanino, manitol.
Propiedad Cicatrizante, detergente.
Modo de empleo Infusión, cataplasma.
Nota Debe evitarse el uso interno de la planta, ya que puede dar lugar a fenómenos de intolerancia. Aunque la corteza se usó antaño como estomacal, es más seguro limitarse al uso externo, cuyos preparados poseen una acción efectiva sin ningún tipo de peligro. Las semillas son oleosas.



175 AZUCENA

(Cat.: *lliri de sant Antoni;* eusk.: *zitori*)
Lilium candidum

Familia Liliáceas.
Descripción Planta bulbosa provista de tallo erguido. El bulbo presenta numerosas escamas blanquecinas y de él parte una serie de hojas basales sésiles, lanceoladas, agudas, con el margen ondulado. Las hojas apicales se hacen paulatinamente más pequeñas hasta convertirse en brácteas. Las flores, situadas en la extremidad del tallo, en racimo, disponen de pedúnculo con los tépalos de color blanco y el ápice doblado. Presentan cinco estambres con la antera amarilla. El fruto es una cápsula que contiene las semillas circulares y de color marrón. Esta especie procede de Asia y actualmente se cultiva por doquier. Es poco frecuente hallarla en estado espontáneo. Se recolecta en verano y puede alcanzar un metro de altura.
Partes utilizadas El bulbo.
Compuestos químicos Escilina, mucílagos, tanino.
Propiedades Emoliente, expectorante, emenagoga.
Modo de empleo Decocción, cataplasma, liparolito, oleolito.
Nota Esta especie es ampliamente cultivada por la belleza de sus flores. Posee acción antieczematosa; para ello se utiliza el oleolito preparado a base de la maceración de los tépalos en aceite. En algunas regiones se emplean recubrimientos a base del bulbo prensado para resolver abscesos o forúnculos. Antaño se usaron los polvos de esta planta como analgésico en los dolores menstruales.



176 CIMBALARIA

(Cat.: *picardia;* eusk.: *murruntza*)
Linaria cymbalaria

Familia Escrofulariáceas.

Descripción Planta frágil, herbácea, perenne, con tallos delgados, rastreros, con emisión de radículas a nivel de los nudos, crece colgada en cascada en los muros o rocas, donde suele encontrarse en lugares sombríos. Las hojas poseen un pecíolo de longitud variable, y son opuestas en la base y después alternas (la lámina presenta cinco o más lóbulos, terminados en punta), palminervias, lisas, de un hermoso color verde brillante. Las flores, al igual que las hojas, se disponen en la extremidad de un largo pecíolo y arrancan de la bifurcación entre dos hojas. Cáliz pentasépalo, corola tubular compuesta de dos pequeños labios: el superior se encuentra dividido en dos lóbulos y el inferior en tres. El fruto es una cápsula bastante larga, que recuerda el clavo de especia, y que contiene las semillas. Crece por doquier y durante su recolección, de abril a octubre, debe procurarse que no se pierda la raíz.

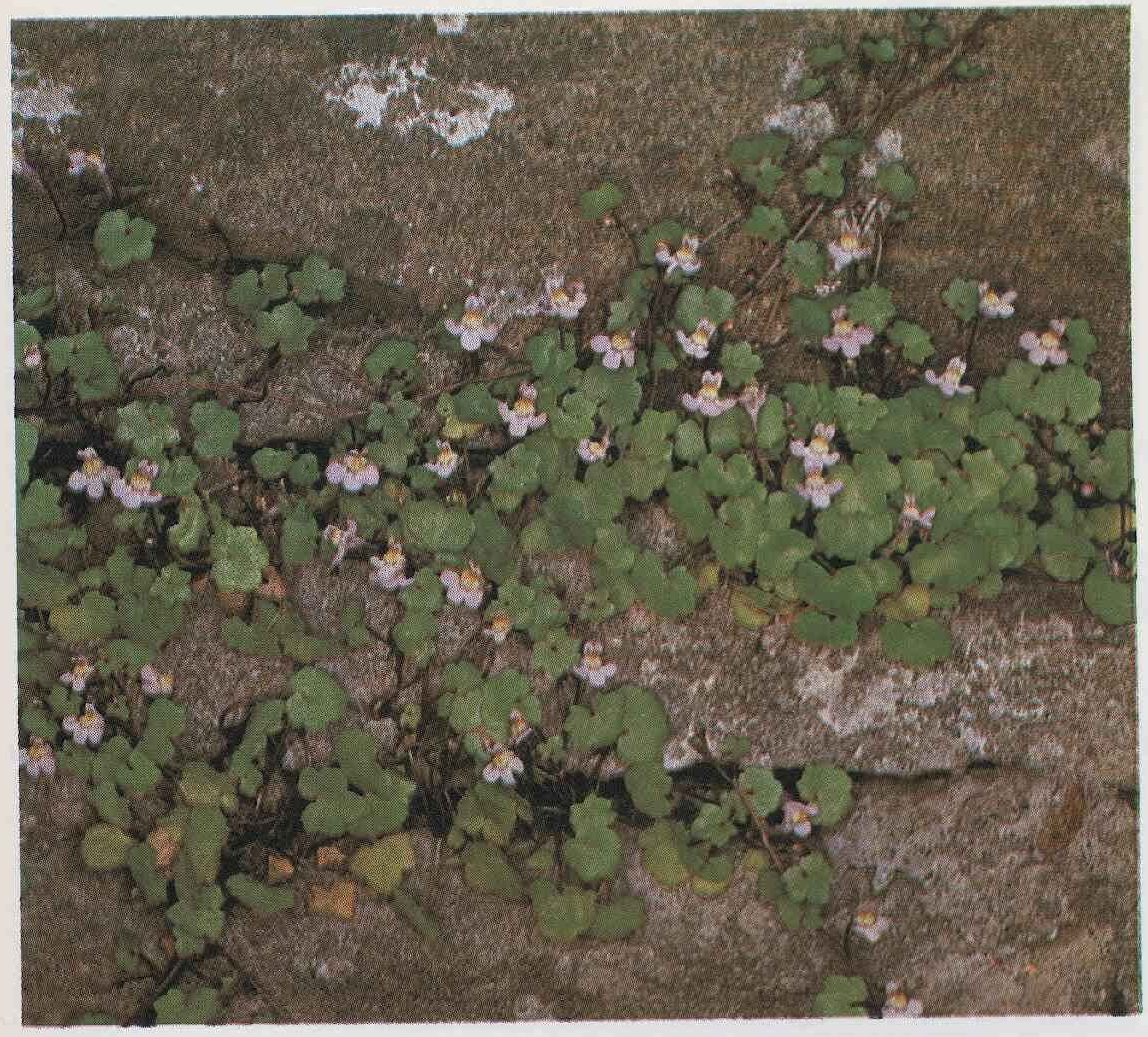
Partes utilizadas Toda la planta a excepción de las raíces.

Compuestos químicos Mucílagos, taninos, goma, ácidos.

Propiedades Antihemorroidea, vulneraria.

Modo de empleo Infusión, cataplasmas.

Nota Una vez desecada la planta pierde prácticamente toda su consistencia y se reduce a polvo con facilidad. Se emplea poco en el campo fitoterapéutico, a excepción del uso popular de aplicar las hojas aplastadas sobre heridas recientes, a modo de hemostático.



177

Linaria vulgaris

Familia Escrofulariáceas.

Descripción Hierba erguida provista de un pequeñísimo rizoma ramificado, provisto de radículas. El tallo es cilíndrico y puede rebasar el medio metro de altura. Las hojas, semejantes a las del lino, de las que toma el nombre la especie, son sésiles, lanceoladas, lineales, esparcidas. Las flores, de color amarillo azufre, se agrupan en una espiga terminal. Presentan una espuela posterior. La cápsula es elíptica y las semillas son membranosas y aplastadas. Crece frecuentemente en estado silvestre en la llanura, junto a los caminos, en lugares relativamente húmedos. Se recolecta en verano.

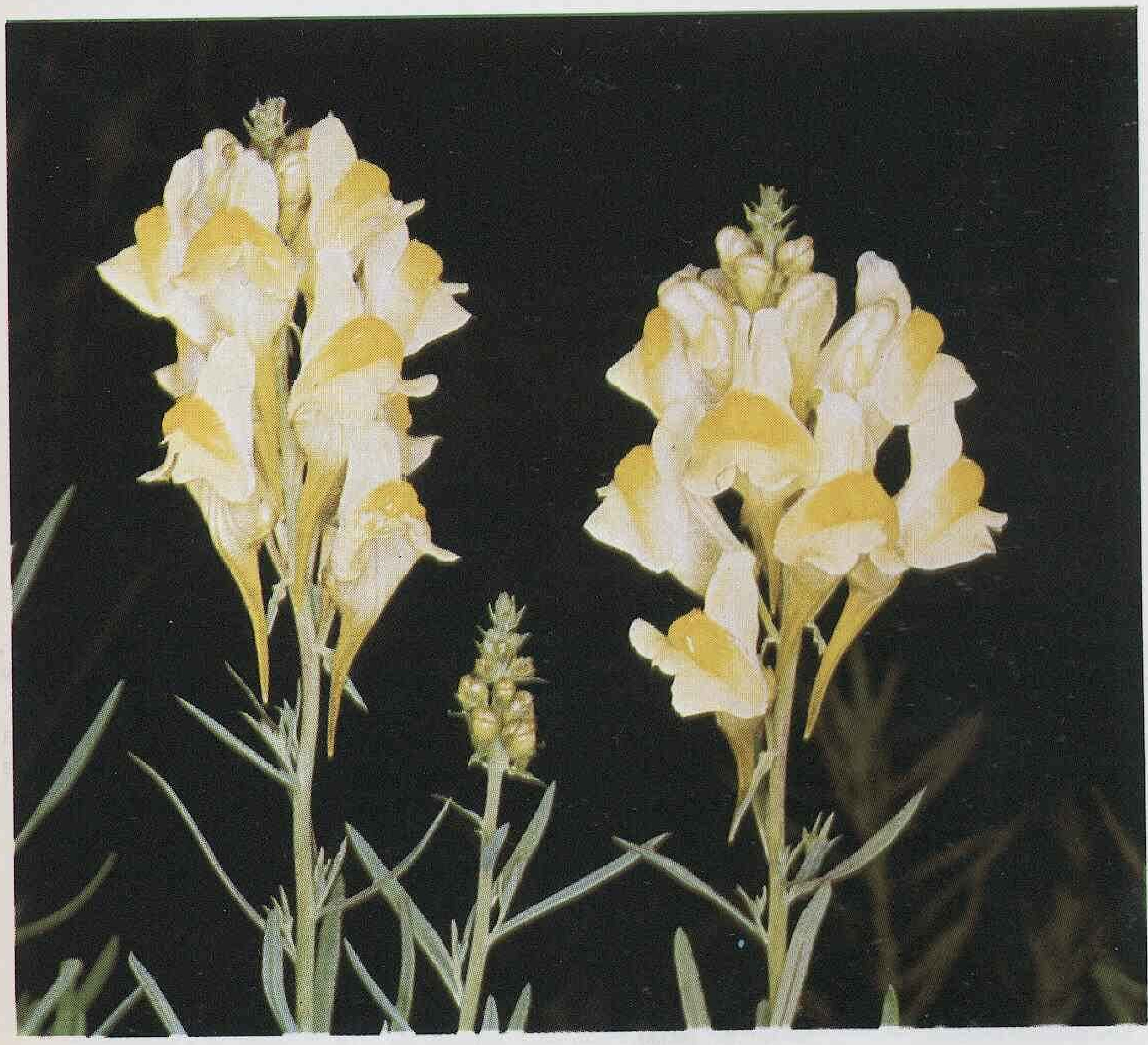
Partes utilizadas La planta entera.

Compuestos químicos Linerina, fitosterina, manitol, grasas, azúcar, tanino, sustancia colorante, mucílagos.

Propiedades Antiflogística, antihemorroidal, oftálmica, diurética.

Modo de empleo Infusión, tintura, liparolito, polvos.

Nota La planta suministra una sustancia colorante amarilla que antiguamente se utilizaba en la tinción de tejidos. En algunas zonas, los brotes primaverales se comen después de su ebullición. La pomada, obtenida a partir de las flores, se utilizaba como oftálmica en los casos de irritación de los ojos. En el campo todavía se emplean cataplasmas a base de triturados de esta planta para la cicatrización de las heridas ligeras y recientes.



178 LINO

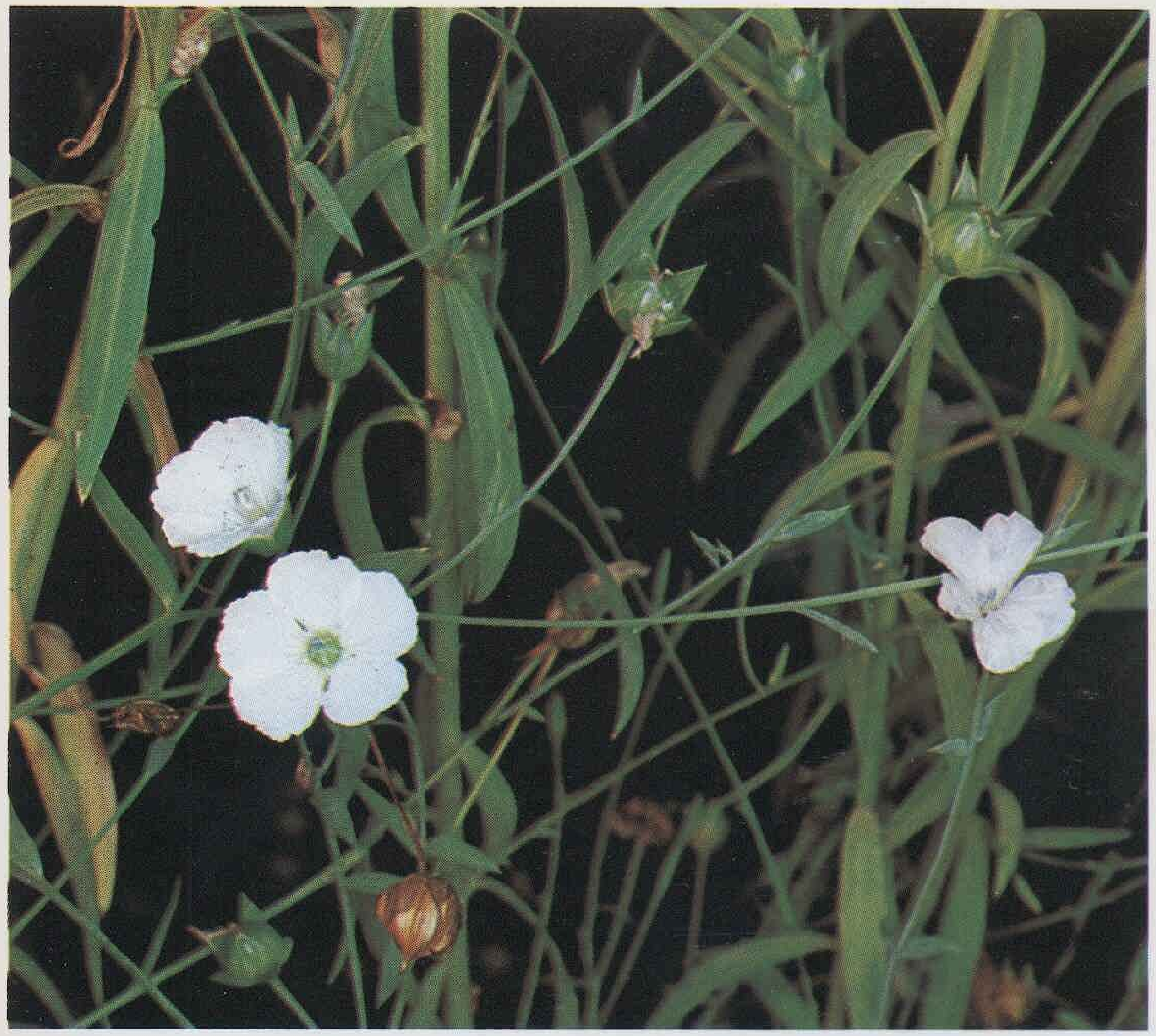
(Cat.: *lli;* eusk.: *lino*)
Linum usitatissimum

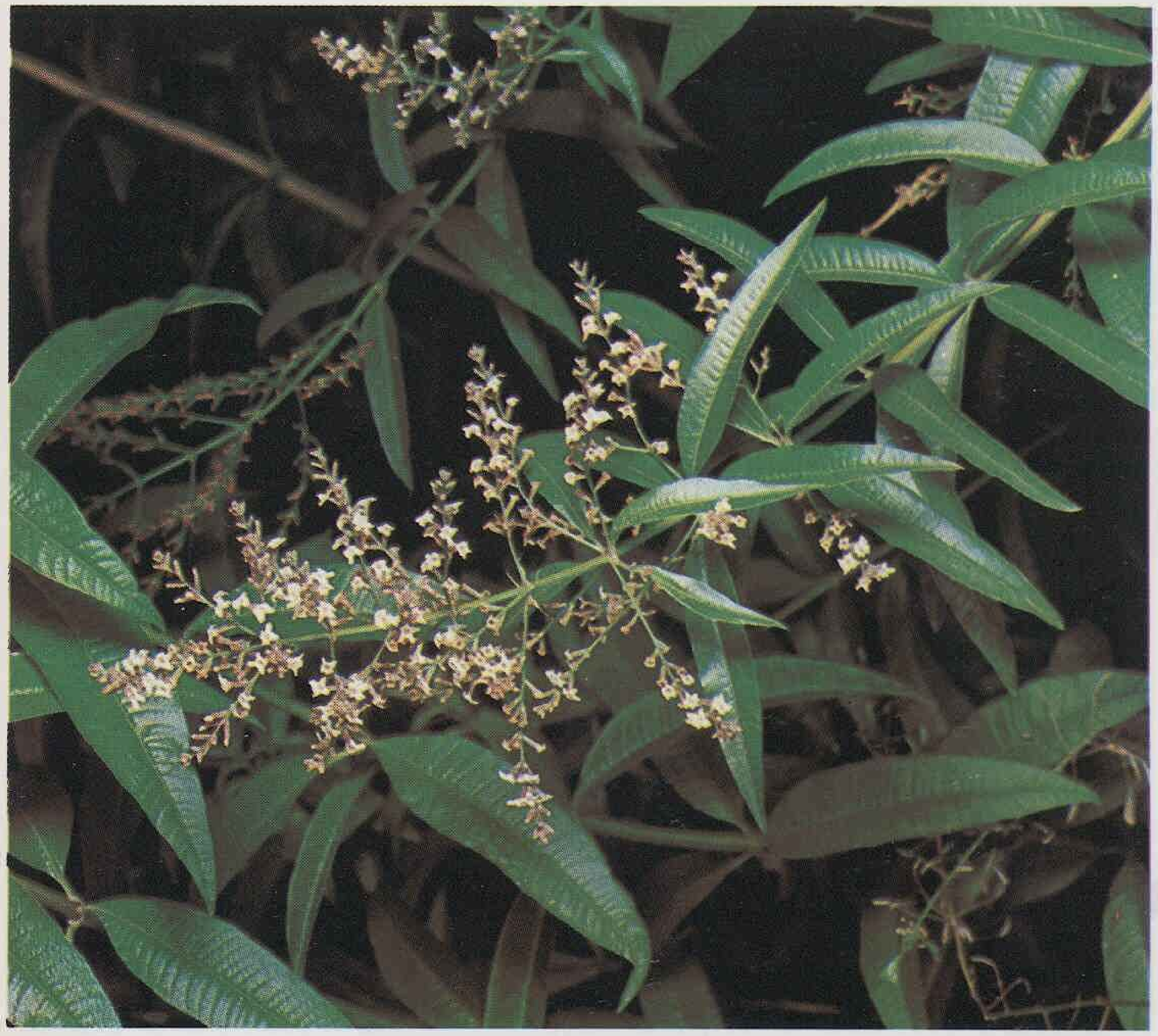
Familia Lináceas.
Descripción Planta anual, bianual o perenne, de raíz axonomorfa aunque sólo ligeramente, posee un tallo de alrededor de un metro de altura si es anual, y más si es perenne; simple en la base y ramificado en la parte superior. Las hojas son alternas, sésiles, ligeramente ocurrentes, lanceoladas, más anchas en la base, más estrechas y puntiagudas en la extremidad. La lámina es entera, la inferior con abundantes nerviaciones. Las flores se disponen en corimbo, bastante escasos, sostenidos por un largo pedúnculo de color azulado. Cáliz pentasépalo, corola pentapétala con el margen liso en embudo. Los frutos son cápsulas globulosas, estriadas en el cáliz persistente, que contiene una decena de semillas brillantes, pequeñas, perfectamente lisas, parecidas a las de la manzana, de idéntico color. Sólo muy raramente crece en estado espontáneo; en cambio, es muy común cultivada. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Semillas.
Compuestos químicos Mucílagos, aceite graso, proteínas, heterósido y glucósido.
Propiedades Emoliente, laxante, resolutivo.
Modo de empleo Maceración, cataplasma, infusión, mezclada con harina.
Nota A partir del lino se obtiene un aceite graso desecante, utilizado en la industria de los barnices. Los tallos suministran fibra para la industria textil. El ácido linoleico posee acción contra las trombosis. Los restos industriales se emplean como pienso de engorde en zootecnia. La harina puede sustituirse por la del heno griego.

179 LUISA

(Cat.: *marialluïsa*)
Lipoia triphylla

Familia Verbenáceas.
Descripción Planta arbustiva que puede alcanzar dos metros de desarrollo. Las hojas, de color verde claro, se disponen verticiladas en número de tres o cuatro, lanceoladas, con el ápice terminado en punta. Observadas de perfil, aparecen en forma de garfio con el ápice replegado. El margen es entero, rugoso, con muchos dientes. En la página inferior se disponen las nerviaciones tanto primarias como secundarias, muy salientes. Las hojas son muy perfumadas. La inflorescencia consiste en una pequeña espiga delgada. Las flores están formadas por un pequeño cáliz tubular con cuatro dientes delgados y largos. La corola queda dividida en cuatro lóbulos acuminados de color verdoso claro. El fruto está formado por dos pequeños invólucros persistentes, cada uno de los cuales contiene una semilla. Esta especie procede de Chile y ha sido importada a Europa en 1784. El período vegetativo depende muy estrechamente del clima, que debe ser cálido y húmedo. En las zonas septentrionales, la floración es tardía y difícilmente llega a formar semillas. Debe reproducirse por esqueje. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos La esencia contiene citral, limoneno, geraniol, verbenalina y verbenona.
Propiedades Sedante, estomacal, antineurálgica.
Modo de empleo Infusión, esencia, tintura, extracto fluido.
Nota A partir de las hojas se obtiene una sustancia colorante verde perfectamente soluble en alcohol. La destilación de las hojas proporciona esencia con una concentración media del 0,5 %, que a menudo es adulterada con aceites de limón, cedrina y de síntesis.

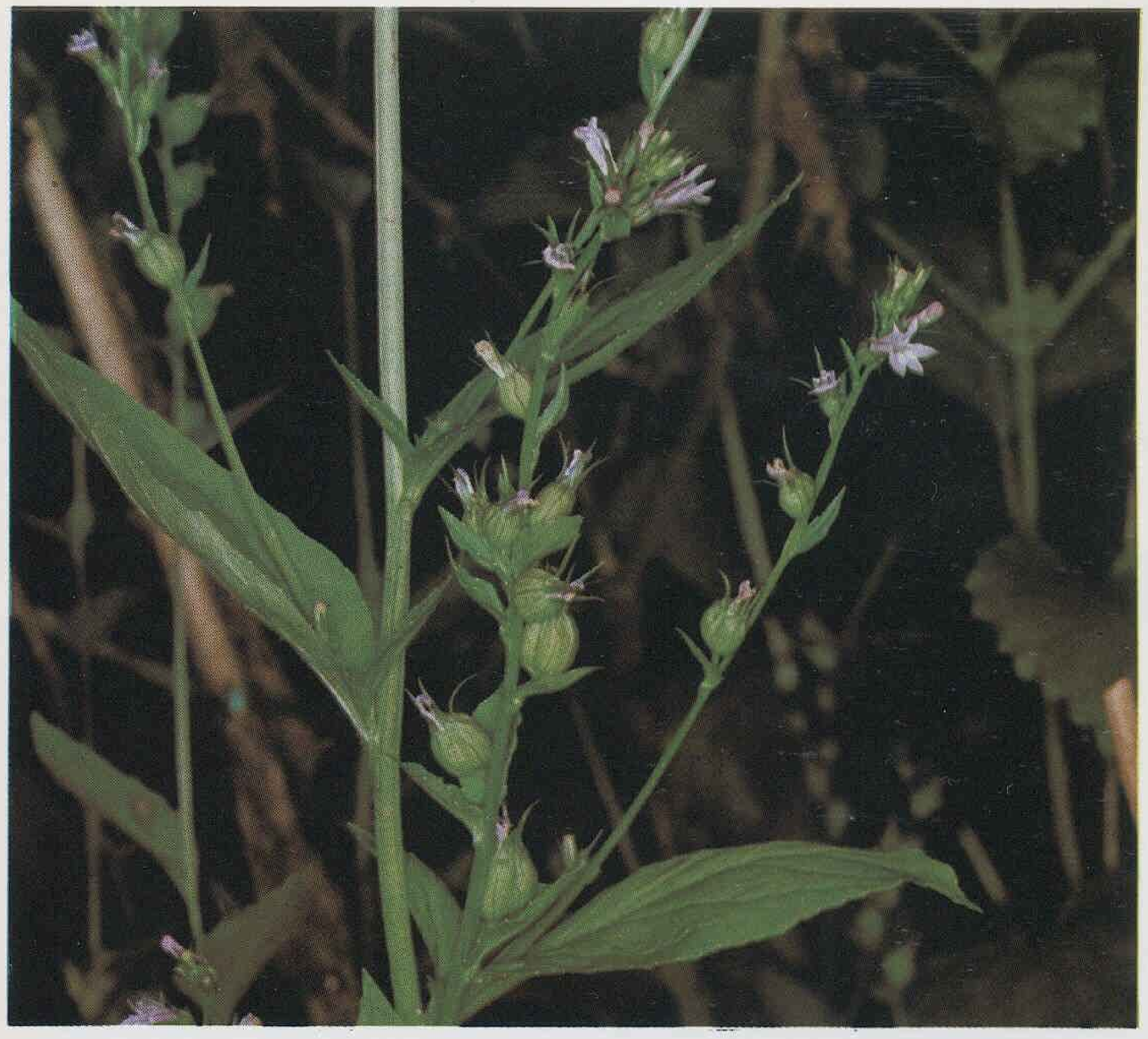




180 MATACABALLOS

Lobelia inflata

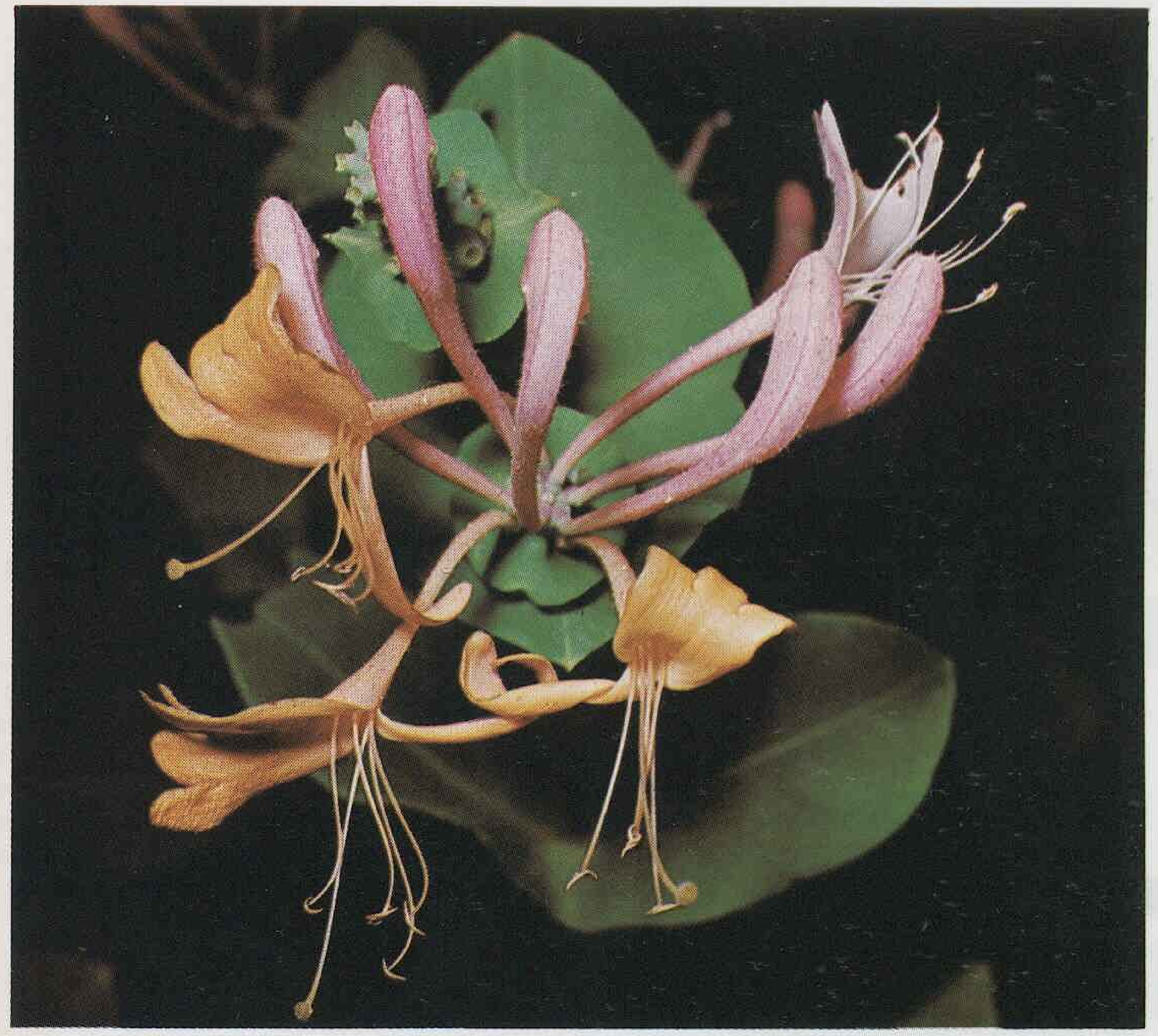
Familia Campanuláceas.
Descripción Hierba anual de tallo erguido, de hasta 50 cm de altura, anguloso, ligeramente pubescente. Las hojas son alternas, ovadolanceoladas, agudas, con el margen algo dentado y con la lámina cubierta de pelos. Margen glanduloso. Las flores, que se agrupan en cimas terminales o en la axila de las hojas, presentan color azulado claro. Los frutos son cápsulas hinchadas, acostilladas, que contienen semillas de color pardo. Es una planta originaria de América y se recolecta al llegar a la floración.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Lobelina, lobelacrina, inflatina, ácido lobélico, aceite esencial, resina.
Propiedades Emética, expectorante, antiasmática, diaforética, sedante.
Modo de empleo Tintura, extracto fluido.
Nota La planta es muy venenosa, por lo que no debe emplearse si no es con estricto control médico. Se confeccionan preparados a base de lobelina para obtener la deshabituación al tabaco. La planta presenta sinergismo con la belladona, el estramonio y el visco.



181 MADRESELVA COMÚN

(Cat.: *mareselva;* eusk.: *ezker-aien*)
Lonicera caprifolium

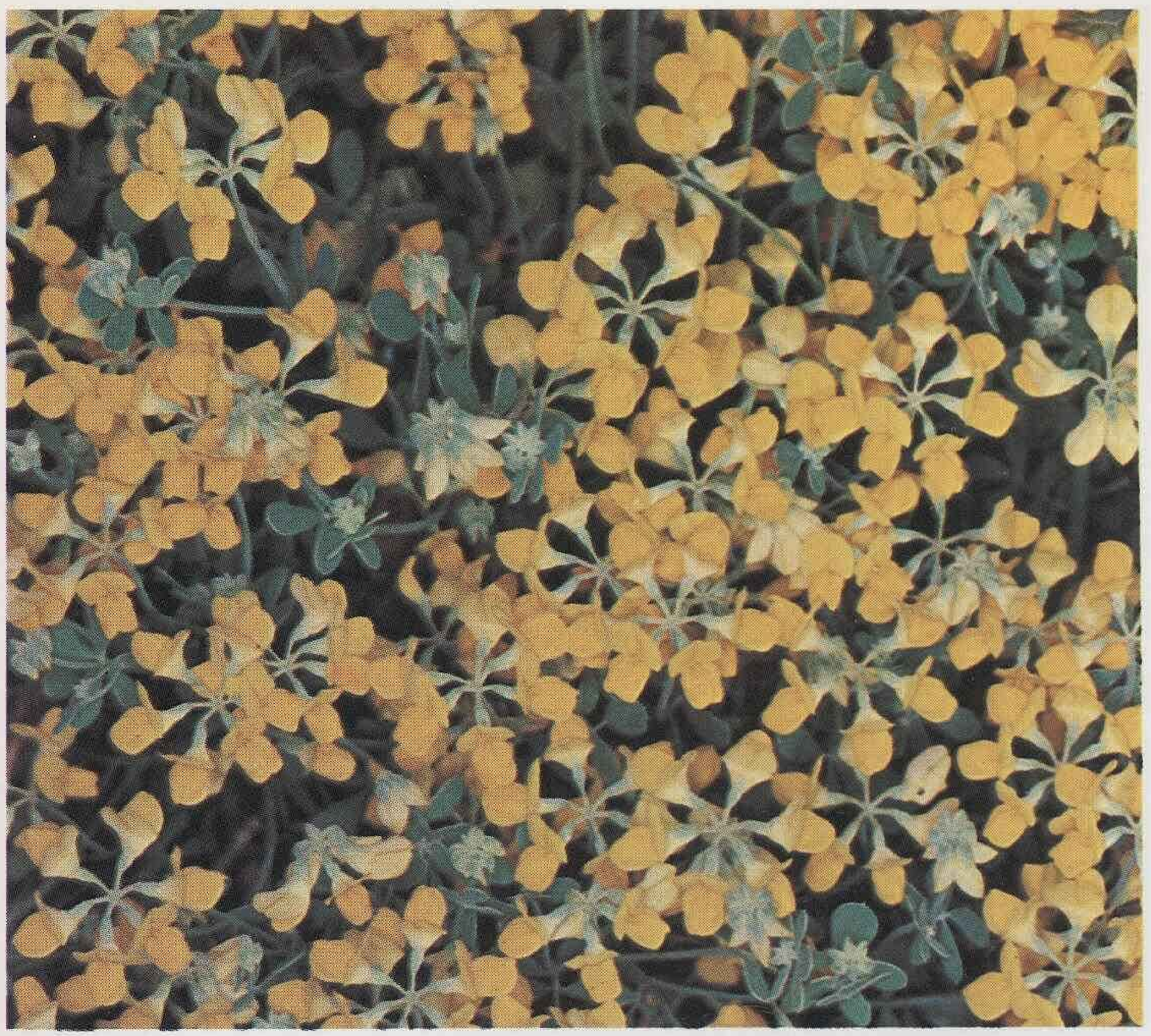
Familia Caprifoliáceas.
Descripción Arbusto con tallo liso, de hasta 5-6 m, voluble o sarmentoso. Las hojas son opuestas, dispuestas a pares, de color verde en la cara superior y glaucas en la inferior. Algunas se disponen pecioladas en las ramitas fértiles, mientras que otras se sueldan hasta formar una única hoja ovalizada con dos extremidades, en cuyo centro se dispone un nudo caulinar del que parten diversas ramitas. En el centro se localiza el pedúnculo floral, que sostiene un ramillete de flores con corola de color púrpura o amarillo blanquecino, tubular, dividida en dos labios: el superior es tetralobulado y el inferior, entero. El fruto es una baya carnosa que contiene varias semillas. Es común desde el litoral a la montaña, con preferencia por los bosques y setos de colinas. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Hojas y flores.
Compuestos químicos Aceite esencial, glucósidos, ácido salicílico, tanino.
Propiedades Emoliente, expectorante, antispasmódica.
Modo de empleo Infusión, decocción, tintura.
Nota El jugo exprimido de los frutos actúa como purgante suave. Estudios recientes han demostrado una acción benéfica importante en las colitis. La infusión de las flores, muy perfumada, se emplea como bebida en lugar del té. A partir de esta especie, aunque con escaso rendimiento, se extrae un aceite esencial utilizado en la preparación de perfumes de tipo dulce.



182 CUERNECILLO

(Cat.: *corona de rei*)
Lotus corniculatus

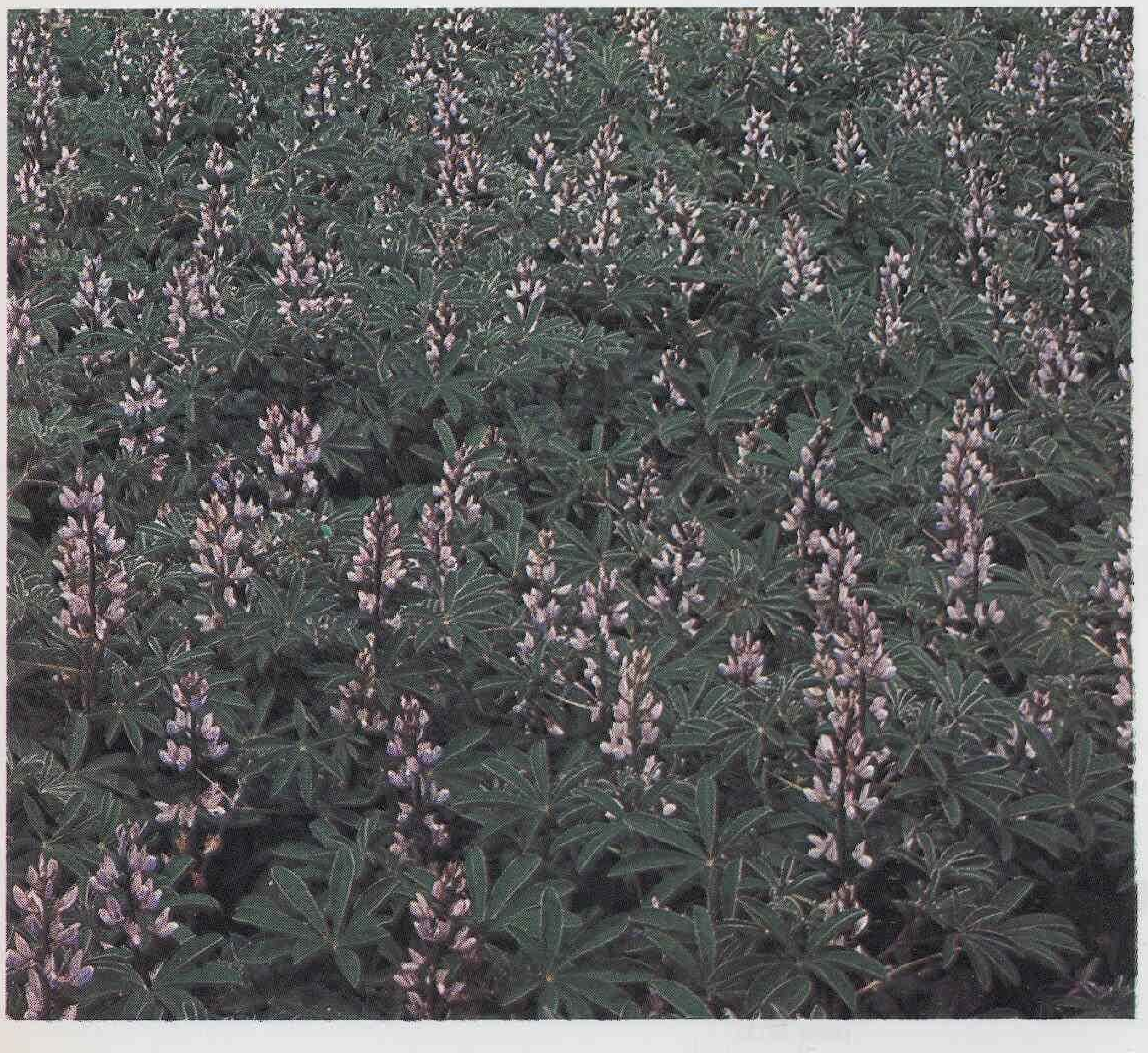
Familia Leguminosas.
Descripción Planta con raíz leñosa axonomorfa. Los tallos son al principio tumbados y después erectos, angulosos, no muy ramificados, glabros o ligeramente tomentosos. Las hojas, con cinco folíolos, son glabras, con el pecíolo corto, ovadas, o bien ovadolanceoladas con la base en forma de cuña. Las flores se reúnen en verticilo en el extremo de las ramificaciones o en la axila de las hojas. Cáliz tubular, pentadentado, corola pentapétala, de color amarillo oro con jaspeados rojos. El fruto es una legumbre linear, cilíndrica, parda, que contiene semillas ovales parduscas. Puede medir hasta 30 cm. Abunda en los pastos, junto a los caminos y en los ribazos soleados. Se recolecta en julio.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Compuestos cianhídricos, flavonoides, tanino, colorante.
Propiedades Sedante, antispasmódico, simpaticolítico, cardiotónico.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, jarabe.
Nota El cuernecillo posee también acción externa como antiinflamatorio en todos los casos de flogosis de la piel, en forma de cataplasmas locales. Realiza una acción de abono en el suelo, ya que fija nitrógeno. Sólo recientemente se ha empezado a utilizar en la práctica fitoterápica, y los resultados obtenidos son idénticos a los que da el granadillo.



183 ALTRAMUZ

(Cat.: *llobí, tramús*)
Lupinus albus

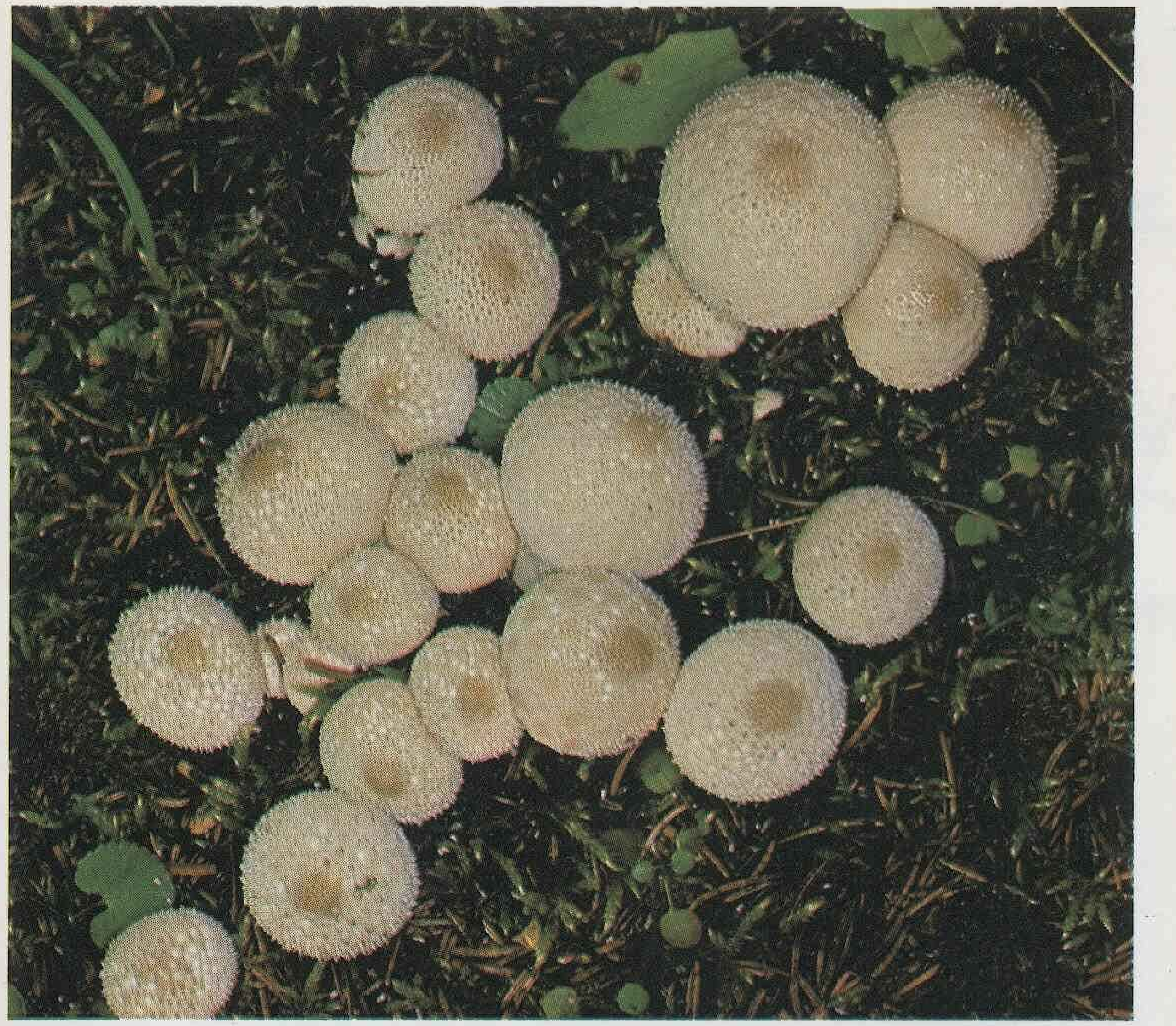
Familia Papilionáceas.
Descripción Hierba provista de raíz axonomorfa y tallo erguido aterciopelado. Las hojas son alternas, palmatodigitiformes, pecioladas, con folíolos oblongos, pubescentes en la cara inferior. El pecíolo dispone de estípulas. Las flores se reúnen en racimo apical, pedunculado, presentan el cáliz bilabiado y el vexilo oval, de color blanco, con diez estambres y diez anteras. El fruto es una legumbre coriácea que contiene las semillas blanquecinas, planas y lisas. Esta especie procede de África, raramente crece como espontánea y, en general, se encuentra cultivada. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Semillas.
Compuestos químicos Lupaina, lupinina, lupinidina, proteínas, aceite, colesterol, lecitina, sales, ácido inositinexafosfórico.
Propiedades Hipoglucemizante, vermífugo.
Modo de empleo Maceración, infusión, polvos, tintura, extracto fluido.
Nota Las semillas pueden comerse después de eliminar el principio amargo. De este modo se obtiene, después de la torrefacción, un sucedáneo del café. Con la harina se preparan mascarillas cosméticas para las pieles fatigadas. Debido a su alto contenido en nitrógeno, la planta es conveniente para el abono. Se obtiene de ella un aceite adecuado para la alimentación.



184 CUESCO DE LOBO

(Cat.: *pet de llop*)
Lycoperdon bovista

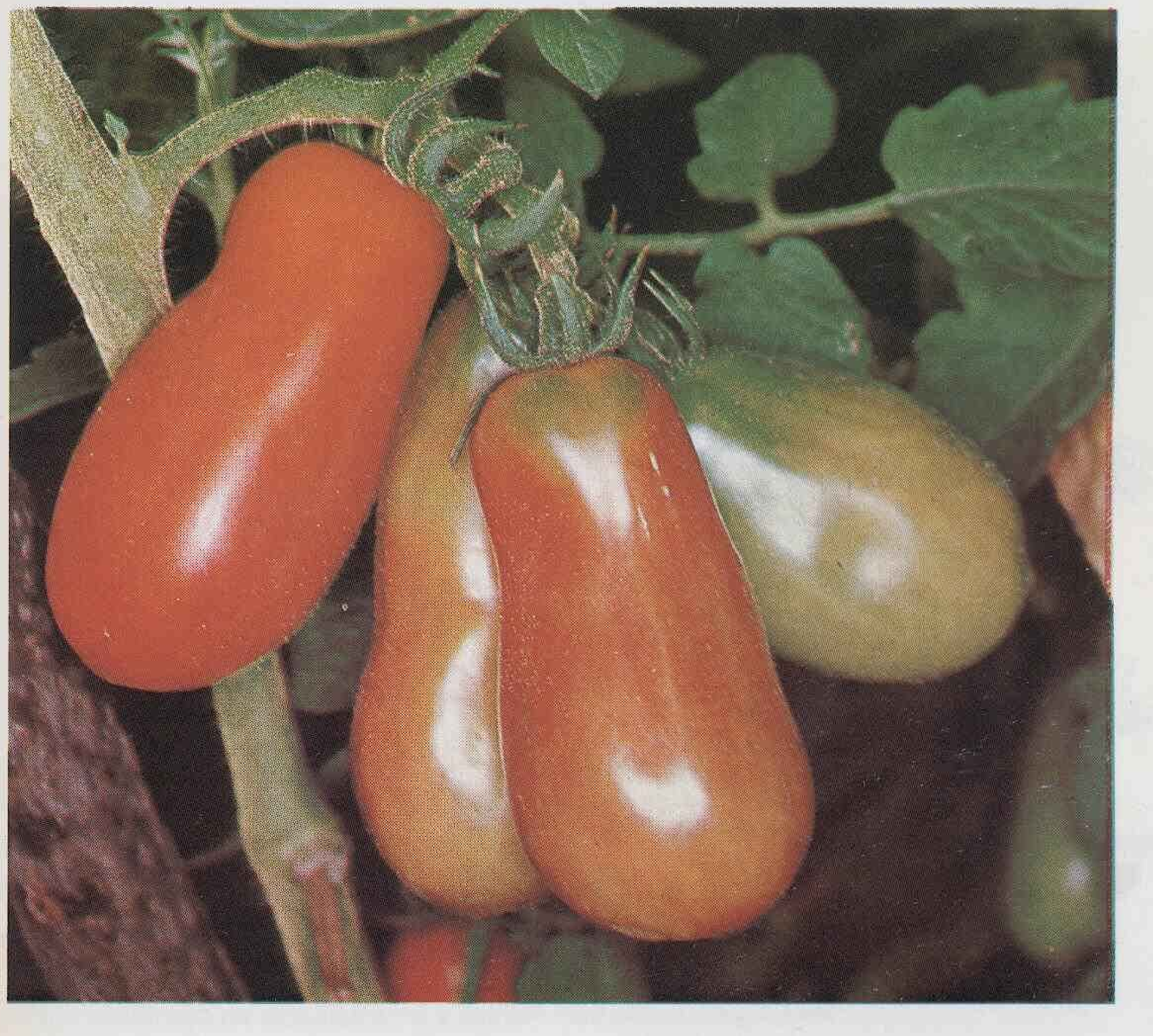
Familia Licoperdáceas.
Descripción Hongo de forma piriforme, grande, blanco, que puede superar los 10 cm, con receptáculo globoso. El endoperidio es frágil y blanquecino y se convierte al llegar a la madurez en pulverulento y negruzco. El polvo se escapa por la extremidad que se abre, junto a restos de basidio. Las esporas son de color grisáceo, pequeñas, lisas. Crece en el sotobosque de la montaña media húmeda. Se recolecta antes de la madurez.
Compuestos químicos Resina, ácidos, manitol, sales.
Propiedades Astringente, hemostático.
Modo de empleo Infusión, tintura, polvo.
Nota El cuesco de lobo es muy utilizado en los pueblos de montaña como un eficaz constrictor venoso en las hemorroides, y para ello lo utilizan en infusión o en polvos. Cuando aún no está maduro es una especie agradablemente comestible. El polvo a menudo se conserva dentro del propio exosperidio.



185 TOMATERA

(Cat.: *tomaquera;* eusk.: *tomate*)
Lycopersicum esculentum

Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea provista de raíz axonomorfa y radículas laterales. El tallo, al principio erecto y después rastrero, puede alcanzar los 2 m de altura, con numerosas ramificaciones. Hojas alternas, pennatocompuestas, grandes, con pequeños folíolos tomentosos de olor característico. Las flores se agrupan en corimbos a distintos niveles del tallo y en las ramas. Poseen cáliz pentalobulado y corola pentapétala de color amarillo, con estambres cortos. Una vez fecundada produce un fruto de diversa morfología según la variedad: esférico, oval, en forma de pepino, etc. Posee pulpa roja con abundantes semillas dispuestas simétricamente. Se cultiva por doquier aunque prefiere los climas benignos y terrenos neutros o ácidos con abundante agua. Florece de junio a octubre. Se recolecta al llegar a la madurez.
Partes utilizadas Los frutos, la planta.
Compuestos químicos Solanina, saponina, sustancia colorante, carotenos, vitamina C, ácido málico, tomatidina.
Propiedades Eupéptica, nutritiva, alcalinizante.
Modo de empleo Jugo, cataplasma.
Nota Antaño se pensó que esta especie era tóxica, y sólo a finales del siglo XVIII se introdujo para la alimentación. Se emplea en homeopatía, en forma de tintura, para curar reumatismos y cefaleas. Externamente se emplea en cosmética, en mascarillas suavizantes de las pieles rugosas. Los polvos de la planta son un óptimo insecticida, especialmente para las hormigas, que no lo soportan. Las hojas desecadas y curtidas pueden intervenir en las mezclas de tabaco para pipa.



186 LICOPODIO

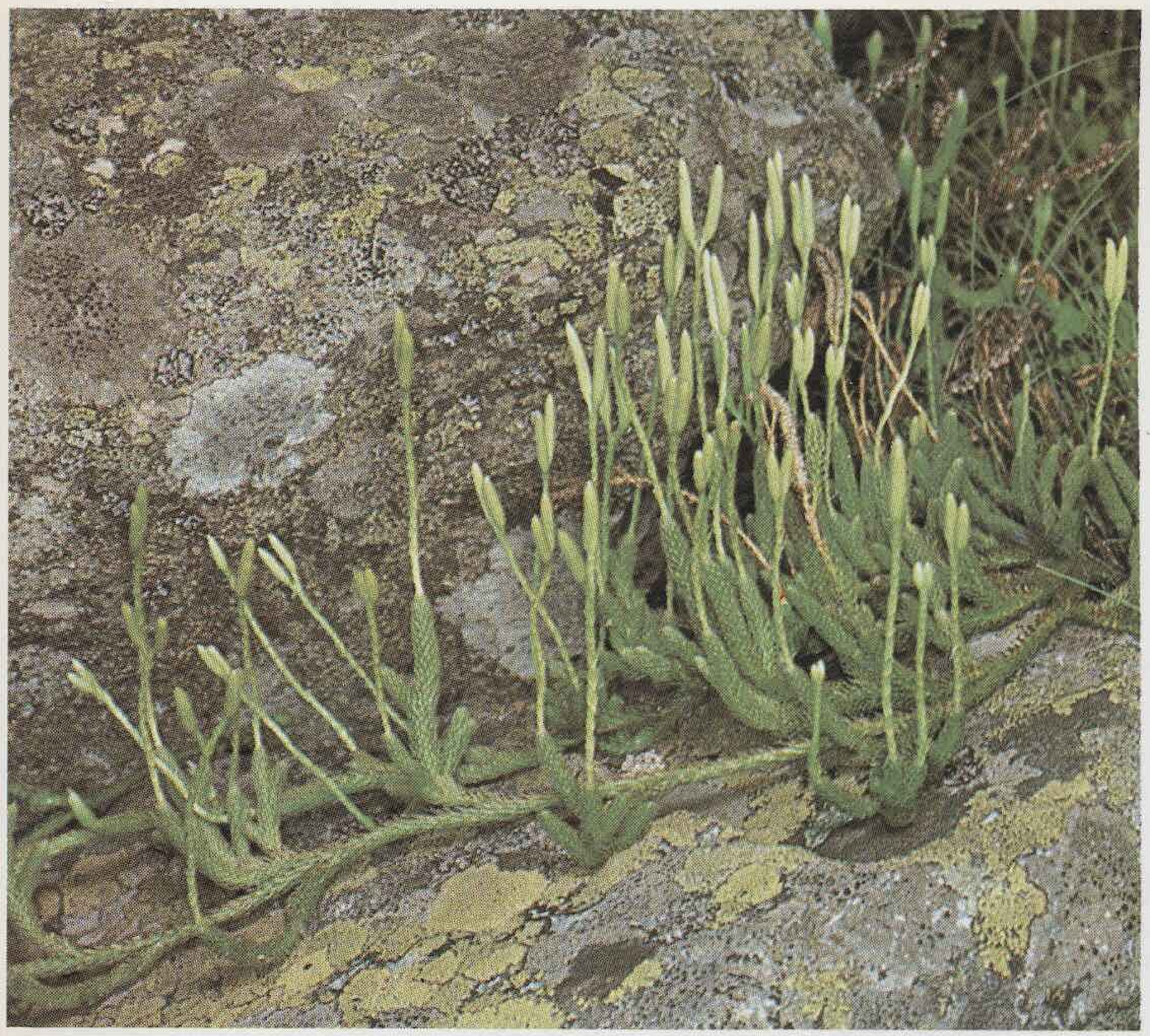
(Cat.: *licopodi*)
Lycopodium clavatum

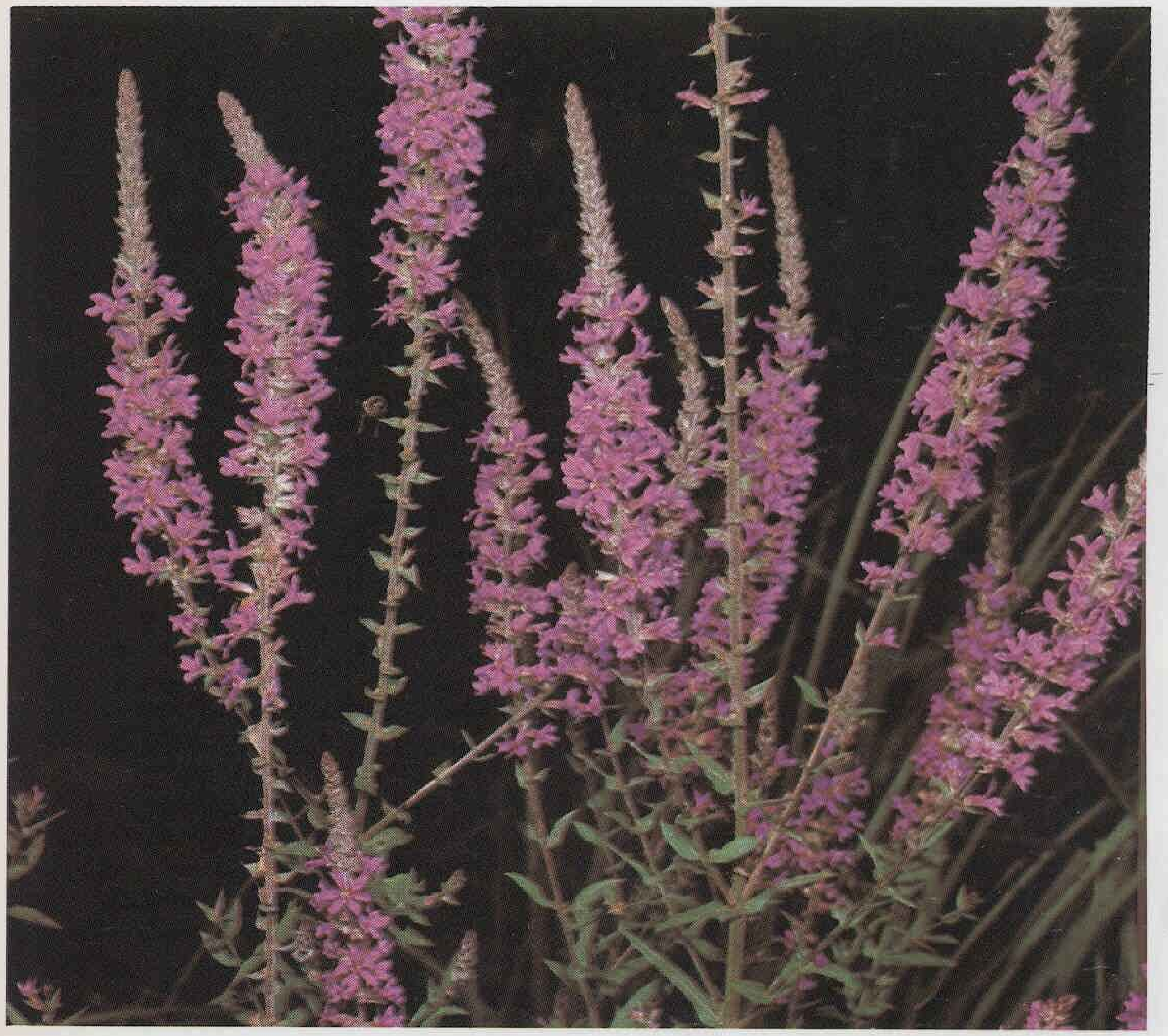
Familia Licopodiáceas.
Descripción Planta rastrera con raíces adventicias que arrancan del tallo. Las ramificaciones son numerosas, dicotómicas, cubiertas de folíolos lineares, imbricados, ligeramente dentados, de color verde. Una o dos espiguillas dispuestas en la extremidad de la rama contienen esporangios reniformes postadores de esporas globosas, reticuladas, que forman un polvo amarillento y resinoso. Crece en los prados y pastos, y en el sotobosque iluminado de la montaña media, aunque es bastante escaso. Las ramas pueden superar los 40-50 cm de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las esporas.
Compuestos químicos Resina, azúcar, licopodina, fitosterina, cera, aceite, glicerina.
Propiedades Descongestionante, antidermatosis.
Modo de empleo Polvos, infusión.
Nota Los polvos se usan casi exclusivamente en aplicación externa, como aspersorio en las dermatosis o como antipruriginoso. El polvo se utiliza en la industria farmacéutica como base para distintos preparados y para cubrir las píldoras en farmacia. También encuentra aplicación en pirotecnia para la obtención de luces especiales y pequeños chisporroteos.

187 SALICARIA

(Cat.: *salicària;* eusk.: *egur-belar*)
Lythrum salicaria

Familia Litráceas.
Descripción Planta herbácea rizomatosa con tallo ramificado cuadrangular, ligeramente pubescente. Las hojas son opuestas o verticiladas, sésiles, de forma oblongoelíptica, terminadas en punta, de color verde claro. El margen es entero. Las flores, púrpura, forman una espiga en la axila de las hojas superiores. El cáliz es cilíndrico, provisto de ocho a doce sépalos terminados en punta y una corola con cuatro a seis pétalos. El fruto es una cápsula membranosa que contiene semillas elípticas amarillentas. Crece normalmente en los lugares húmedos, con hábitat específico junto a los cursos de agua, prados pantanosos, canales o charcas donde la vegetación de la planta es intensiva. Se recolecta en verano y en plena floración.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Salicarina, mucílagos, almidón, hierro, pectina, filosterina, antibiótico.
Propiedades Antidisentérica, hemostática, vulneraria, antibiótica.
Modo de empleo Infusión, polvos, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota La planta siempre ha gozado de fama de desinfectante intestinal, especialmente en las enteritis. La actividad antibiótica se desarrolla sobre los bacilos del tifus y también sobre las amebas. Las ramificaciones jóvenes se utilizaron como masticador en los casos de encías débiles y sanguinolentas, mientras que las hojas, en aplicaciones locales, desplegaban una acción cicatrizante de las heridas. En algunas regiones se obtiene a partir de la fermentación de las hojas un líquido ligeramente alcohólico. Los polvos se usan en las epistasis como hemostático y en emplastos, en cosmética, sobre pieles enrojecidas.





188 MANZANO

(Cat.: *pomer;* eusk.: *basate*)
Malus communis

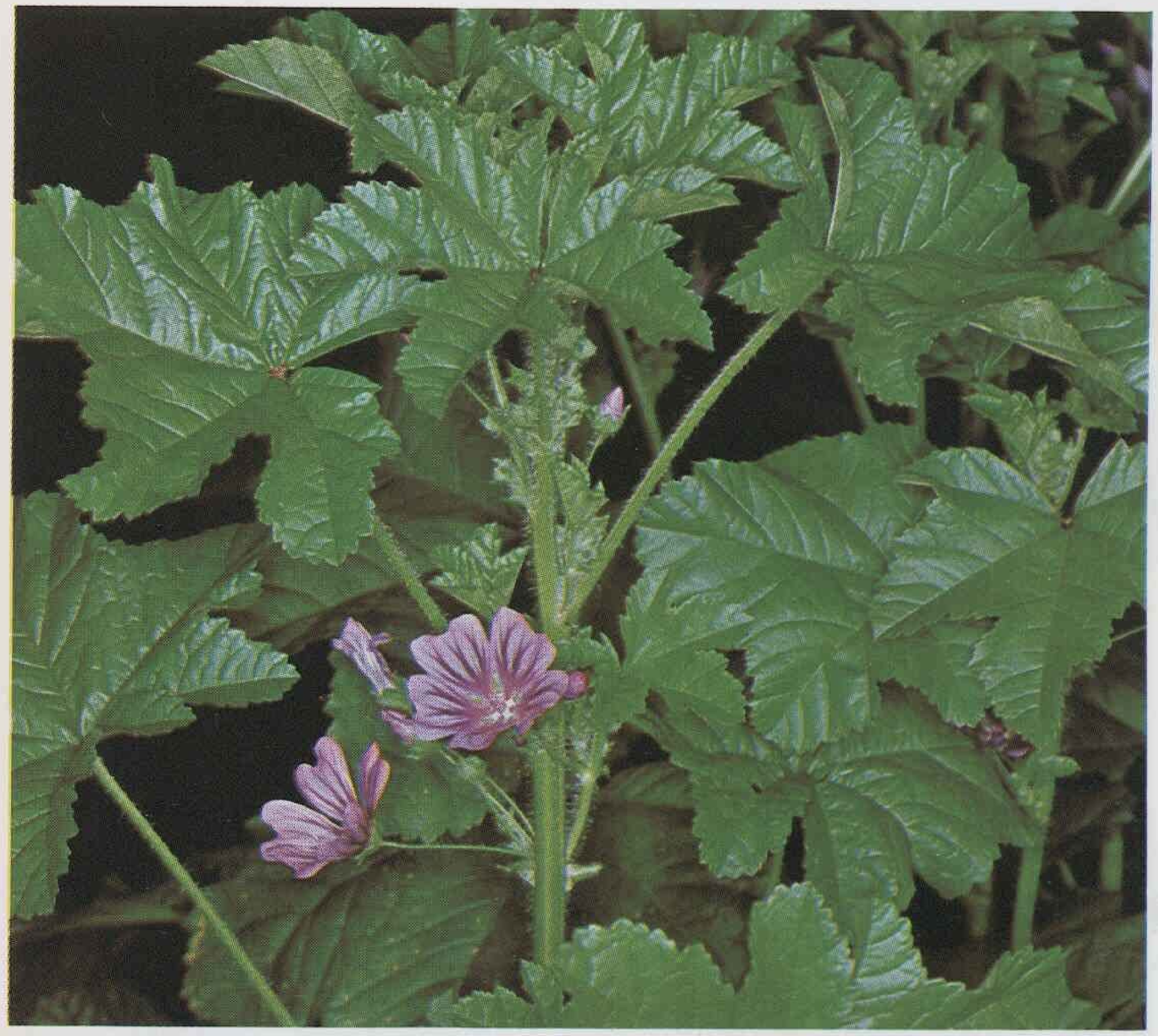
Familia Rosáceas.
Descripción Árbol de reducidas dimensiones, tronco erguido, robusto, que se bifurca en gruesas ramas que sostienen una gran copa. La corteza al principio es lisa y después algo rugosa. Las hojas alternas son ovales, verdes, provistas de un corto pecíolo. La inflorescencia reúne las flores, en número de cuatro a seis en corimbos con una roseta de hojas. Cáliz persistente y cinco sépalos. La corola es pentapétala, blanca rosada. El fruto es en realidad un falso fruto que procede del receptáculo. Contiene una o dos semillas oscuras, coriáceas, con la pulpa clara. Al ser una especie resistente al frío, crece por doquier incluso en la montaña media. Se recolecta al llegar a la madurez.
Partes utilizadas El fruto.
Compuestos químicos Ácido málico, ácido cítrico, pectinas, galactanos, taninos, enzimas, quercitinas.
Propiedades Antiácido, antiuricémico, antidiarreico, nutritivo, calmante.
Modo de empleo Pulpa, jugo, infusión.
Nota Las hojas pueden utilizarse como agradable tisana en lugar del té. La pulpa o el jugo favorece el sueño. Una acción parecida puede obtenerse con los polvos de la cáscara junto con la melisa. De la maceración y fermentación de las manzanas se extrae una bebida ligeramente alcohólica denominada sidra. La pasta de las manzanas cura flogosis o pequeñas heridas de la piel.

---

189 MALVA

(Cat.: *malva;* eusk.: *zigi*)
Malva silvestris

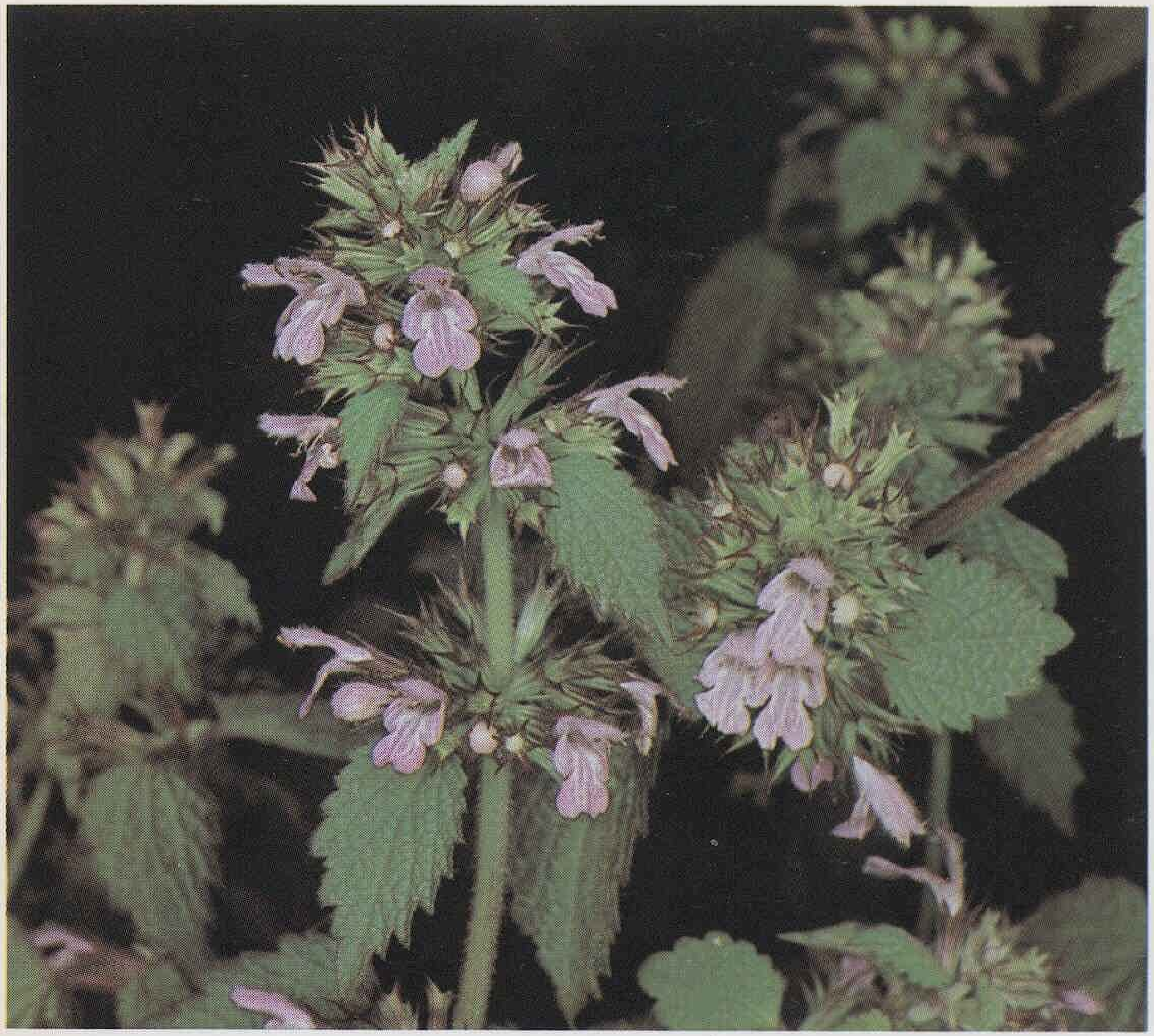
Familia Malváceas.
Descripción Planta herbácea, perenne, con raíz axonomorfa, bastante pulposa. El tallo es casi siempre erguido, mide un metro o más, según la calidad del sustrato. Las hojas son pentalobuladas, con lóbulos dentados en el borde, color verde oscuro, pecíolo paulatinamente más corto hacia la extremidad de la planta. Las flores poseen color característico, que va del violeta rojizo al carmesí o granate. Se agrupan en pequeños racimos en la axila de las hojas, y tienen cáliz pentasépalo y un pequeño calicículo. La corola es pentapétala. Los pétalos son ovales, con una incisión que forma pequeños lóbulos externos. El fruto es una cápsula que contiene semillas reniformes. Muy común en todas partes en estado espontáneo, se recolecta a comienzos de primavera.
Partes utilizadas Hojas y pecíolo.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, malvina, malvidina.
Propiedades Emoliente, antiflogística, béquica, laxante, diurética.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, extracto blando, maceración.
Nota Las extremidades blandas tienen diversas aplicaciones culinarias. Es un óptimo laxante para los niños, y la raíz descortezada se empleaba como masticatorio en las denticiones difíciles. Es preferible realizar la extracción mucilaginosa en frío.



190

Lamium purpureum

Familia Labiadas.
Descripción Hierba erecta y ramificada, pubescente, con raíz delgada y abundantes radículas. Tallo herbáceo de sección cuadrangular. Las hojas son ovadas, crenadas, dentadas, opuestas, pecioladas, de color verde y tono oscuro, a veces con jaspeados rojizos. Las flores de color púrpura están densamente agrupadas en espigas terminales. El cáliz es pentadentado, mientras que la corola es bilabiada. Los aquenios están truncados en el ápice y son angulosos. Esta planta se distribuye hasta media montaña en toda Europa. Se recolecta durante todo el año. Mide por término medio de 25 a 30 cm.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Saponina, toxialbúmina, tanino, mucílagos, esencia, nitrato potásico.
Propiedades Astringente, depurativa, diurética, oftálmica.
Modo de empleo Infusión, colirio, jarabe, tintura, polvos.
Nota La planta gozó antaño de una gran reputación como remedio natural en las hemorragias oculares, en forma de colirio. Se ha usado también en las ensaladas y menestras rústicas como ensalada. Conviene no abusar de su uso culinario a causa de la presencia de saponinas.

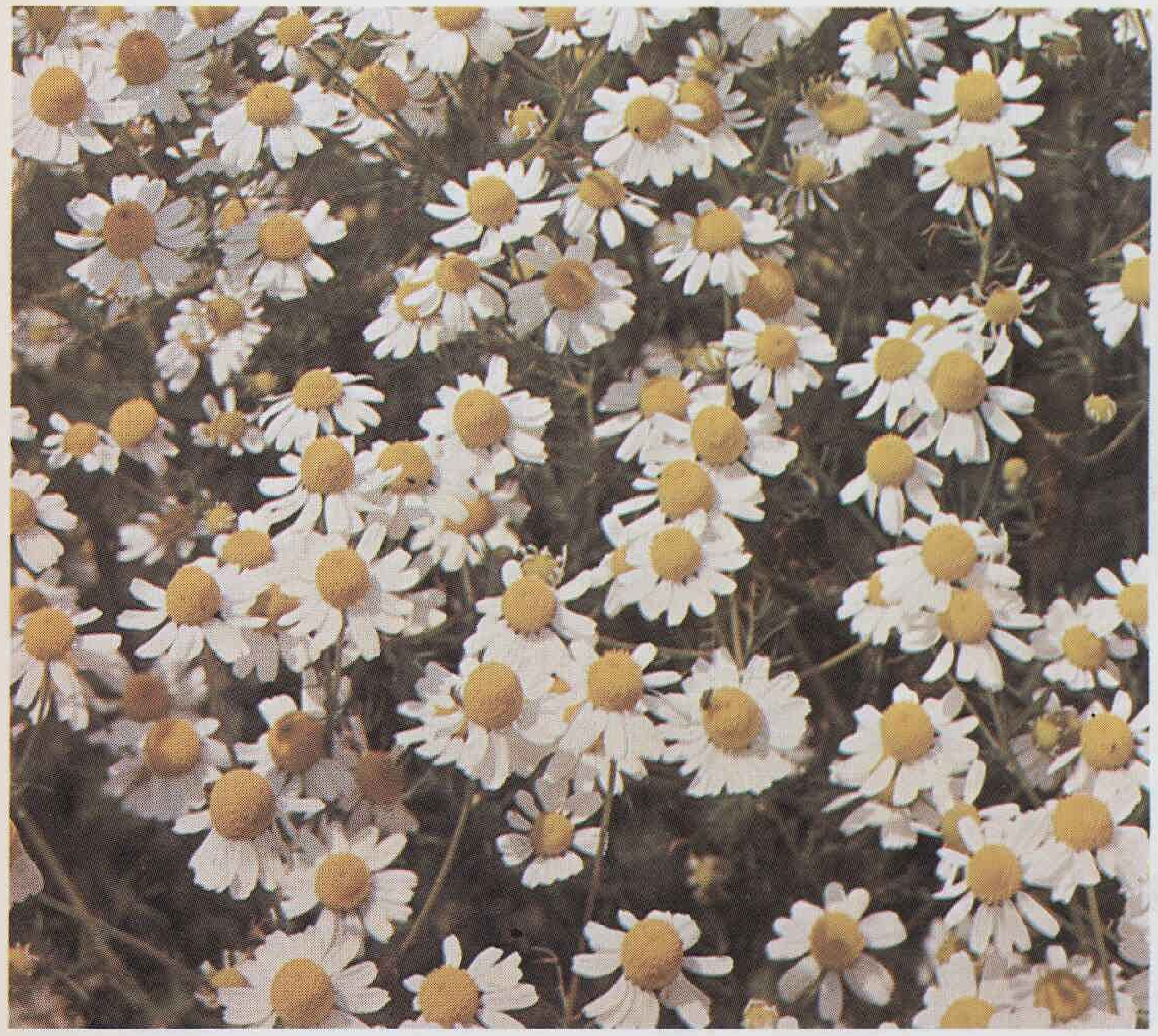


191

MANZANILLA

(Cat.: *camamilla;* eusk.: *kamamilla*)
Matricaria chamomilla

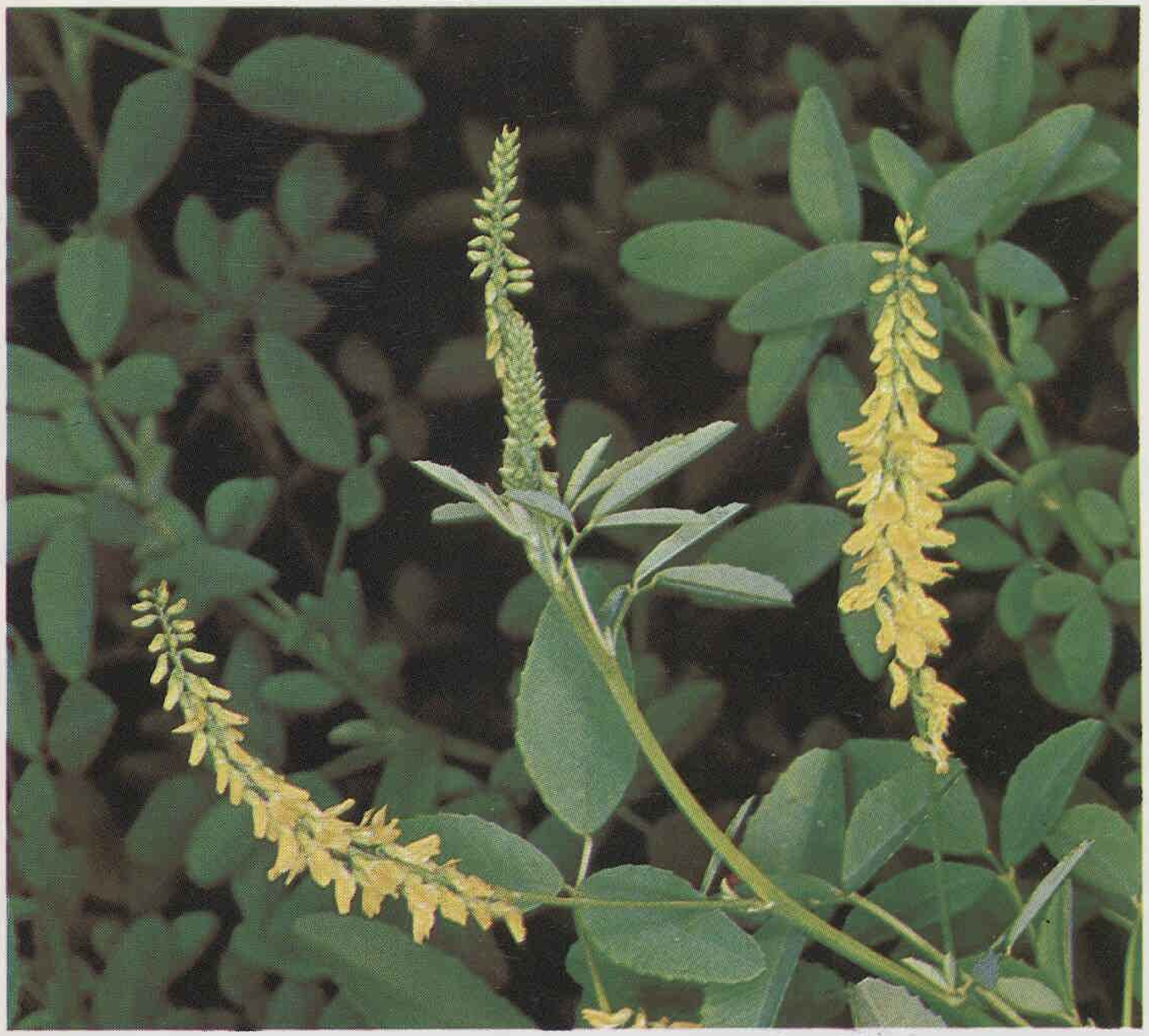
Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea anual, con raíz axonomorfa, que en terrenos adecuados alcanza hasta un metro de altura, tallo erguido, liso, y paulatinamente ramificado hasta la extremidad. Las hojas son sésiles, provistas cada una de ellas de un pecíolo muy corto, alternas, bipinnatosectas, con lacinias muy delgadas, filiformes, terminadas en punta. Las flores se reúnen en pequeñas cabezuelas procedentes de una inflorescencia casi corimbosa. Al ser una compuesta, la planta dispone de una corona de lígulas blancas que encierran las pequeñísimas flores internas, de un hermoso color amarillo, insertas en el receptáculo, que es hueco y de forma cónica. Los frutos son aquenios pequeñísimos, carentes de vilano, de color claro. Crece por doquier hasta la zona submontana, en los prados, en los campos y a lo largo de los caminos. Se recolecta en verano, procurando evitar la recolección de las flores maduras.
Partes utilizadas Las cabezuelas.
Compuestos químicos Azuleno, alcoholes, sesquiterpenos, apigenina, distintos ácidos, fitosterina, mucílagos, sales minerales, vitaminas.
Propiedades Sedante, emenagoga, carminativa, febrífuga, antálgica.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe, aceite esencial
Nota La esencia contiene una riqueza media de 0,22-0,23 %, ligeramente azulada por la presencia del azuleno. Hacia 0 °C adquiere consistencia mantecosa. Las cabezuelas a menudo son adulteradas por las de la vellorita *(Bellis perennis),* mientras que la esencia se adultera con el aceite de cada.



192 MELILOTO

(Cat.: *melilot;* eusk.: *uso-belar*)
Melilotus officinalis

Familia Leguminosas.
Descripción Del griego *méli,* miel, y *lotós,* lodo. Hierba erguida, anual o bianual, con raíz axonomorfa, en parte lignificada. Los tallos son simples, a menudo ramificados. Las hojas poseen un largo pecíolo, en cuya base se disponen dos pequeñas brácteas; están formadas por tres folíolos, dos de los cuales, en posición lateral, son casi sésiles, mientras que el central posee un pecíolo. Los tres folíolos tienen el margen liso hasta media hoja, para después seguir dentado. Las hojas superiores poseen una forma más lanceolada en la base que las inferiores. Las flores se disponen en racimos en la axila de las hojas. El racimo adopta una forma piramidal. El cáliz es tubular, pentadentado, mientras que la corola posee dos pétalos soldados. Los frutos son legumbres de color oscuro, pequeñas. Las semillas son ovoidales, verdosas. Planta común a lo largo de los caminos, prados baldíos, entre los escombros. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Cumarina, glucósidos, resina, flavonoides, vitamina C.
Modo de empleo Infusión, jarabe.
Nota Esta planta es muy buscada por las abejas a causa de su elevado contenido en polen. Las flores sirven para preparar una mezcla perfumada con destino al tabaco de pipa y para aromatizar las tisanas. De ellas se extrae una esencia a base de cumarina que, en caso de ingerirse, puede provocar trastornos. El agua destilada obtenida es ideal como colirio en las conjuntivitis.

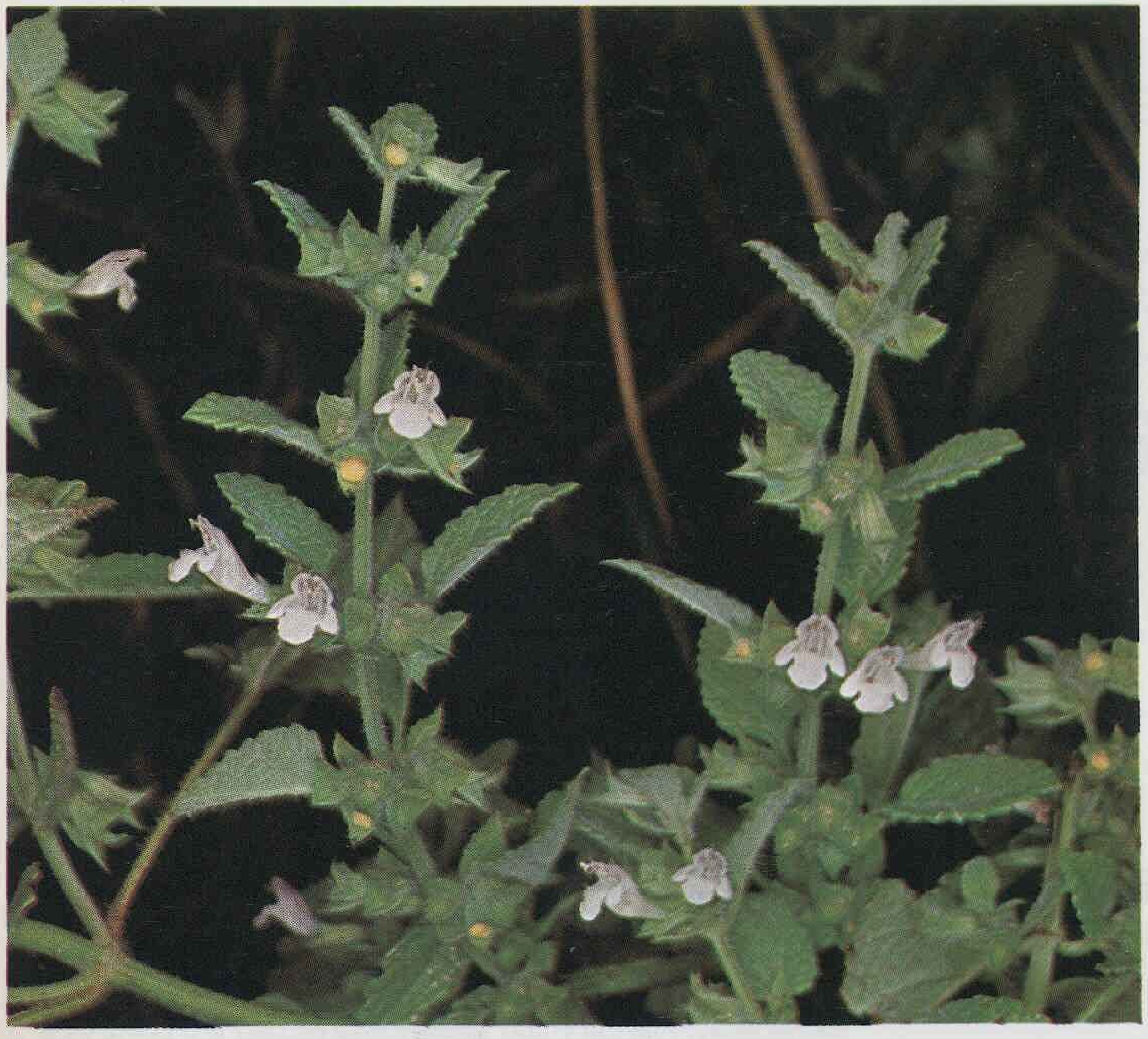


---

193 TORONJIL

(Cat.: *melissa, tarongina;* eusk.: *garraiska-belar*)
Melissa officinalis

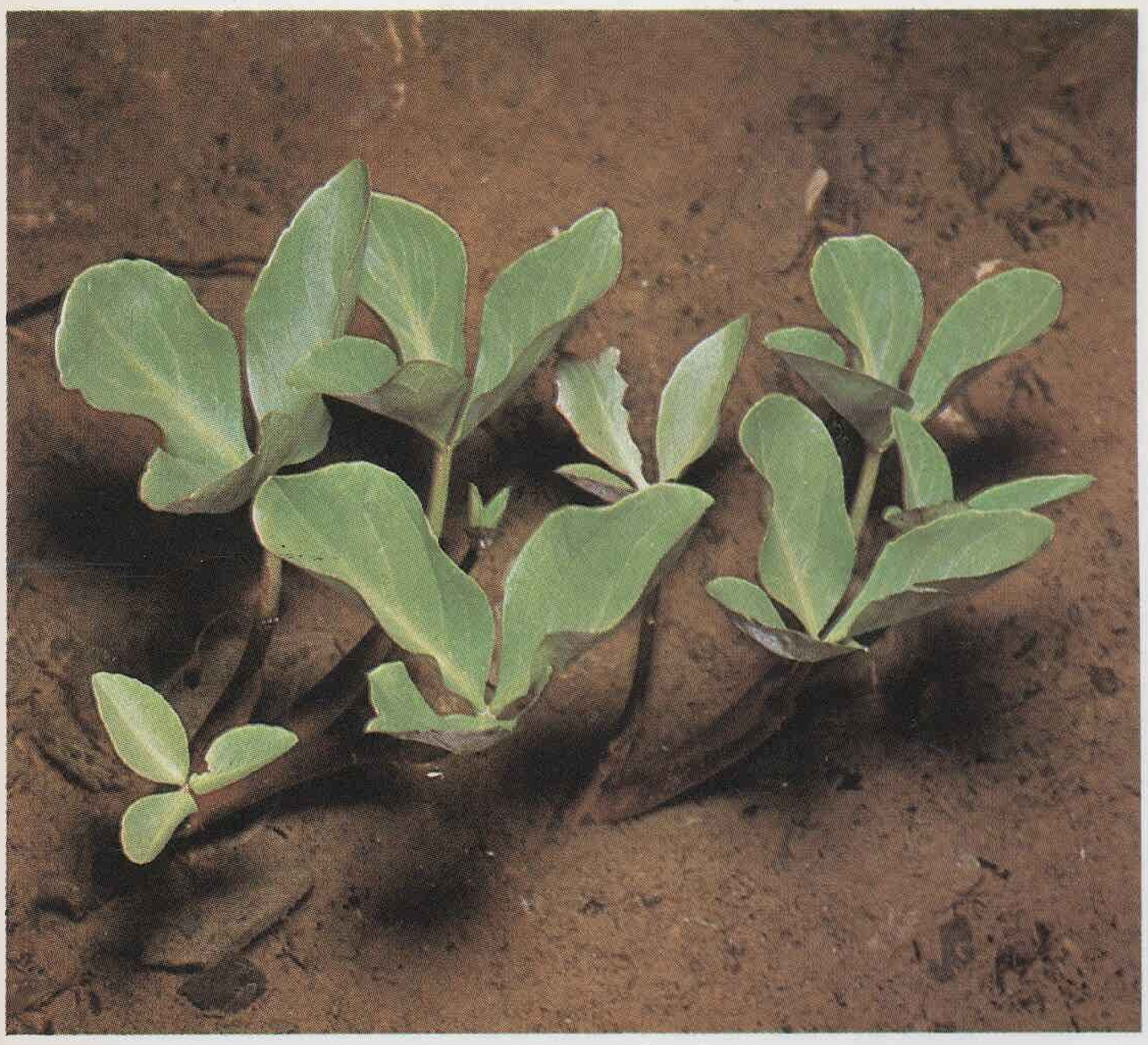
Familia Labiadas.
Descripción Planta herbácea perenne, provista de rizoma leñoso y tallo de sección cuadrangular, de un metro de altura, del que parten numerosas ramificaciones. Las hojas, provistas de un largo pecíolo que se acorta paulatinamente hacia arriba, son opuestas, acorazonadas, alargadas y terminadas en punta. El margen es dentado y la lámina posee las nerviaciones incluidas en pequeñas canalizaciones. Es ligeramente tomentosa, de color verde claro con reflejos amarillentos. Las flores se agrupan en verticilos dispuestos siempre en la axila de las hojas. Florecen a finales de primavera. El cáliz es acampanado, con dos labios, el superior de mayor tamaño que el inferior. La corola es tubular, con el labio superior convexo y el inferior con tres lóbulos distintos. La corola es de color blanco rosado en el momento de la floración. El fruto es un tetraquenio dispuesto en la base del cáliz, de forma ovalada, con una costilla longitudinal sobresaliente, de color oscuro brillante. Crece en todas partes, desde el litoral a la montaña, en lugares más bien húmedos. Se recolecta bien entrada la primavera.
Partes utilizadas Las hojas y las extremidades floridas.
Compuestos químicos Aldehídos, mucílagos, almidón, sustancia amarga, tanino, saponina.
Propiedades Antispasmódico, antihistérico, tónico, digestivo.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe, elixir.
Nota Especie muy apreciada por las abejas y utilizada en la industria licorera y de perfumería aunque dado el bajo rendimiento de la esencia, se adultera con esencia de hierba luisa o con la adición de terpenos. Las hojas aromatizan los condimentos y son la base de una conocida ensalada.



194 TRÉBOL DE AGUA

(Cat.: *meniant*)
Menyanthes trifoliata

Familia Meniantáceas.
Descripción Del griego *men,* mes, y *anthos,* flor, por la duración de la floración. Planta acuática provista de rizoma rastrero, con numerosas vainas, carnosa. Posee muchas radículas. Las hojas son trifoliadas, con un largo pecíolo, ligeramente más ancho en la base. Los tres segmentos son oblongos, gruesos, brillantes. Las flores se agrupan en racimo en la extremidad de un largo escapo que parte de la axila de las hojas. Las flores tienen forma de embudo, con la corola rosada o blanca, y cáliz pentalobulado. El fruto es una cápsula globosa que contiene numerosas semillas amarillentas. Crece espontánea en los lugares encharcados, pantanos y turberas. Puede superar el medio metro de altura. Se recolecta a finales de primavera.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Meniantina, meliantina, saponina, goma, tanino, aceite, meniantol, colina, carotenos.
Propiedades Estomacal, digestivo, emenagogo, febrífugo, carminativo.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, jarabe, polvos, enolito.
Nota La planta forma base fundamental de numerosos licores de fondo amargo. Industrialmente se ha empleado como sucedáneo del lúpulo en la fabricación de la cerveza. Las dosis prescritas no deben rebasarse a fin de no provocar fenómenos eméticos debidos a la concentración de la meniantina. Dada la gran demanda, se cultiva en abundancia, lo que permite el aprovechamiento económico de terrenos marginales.

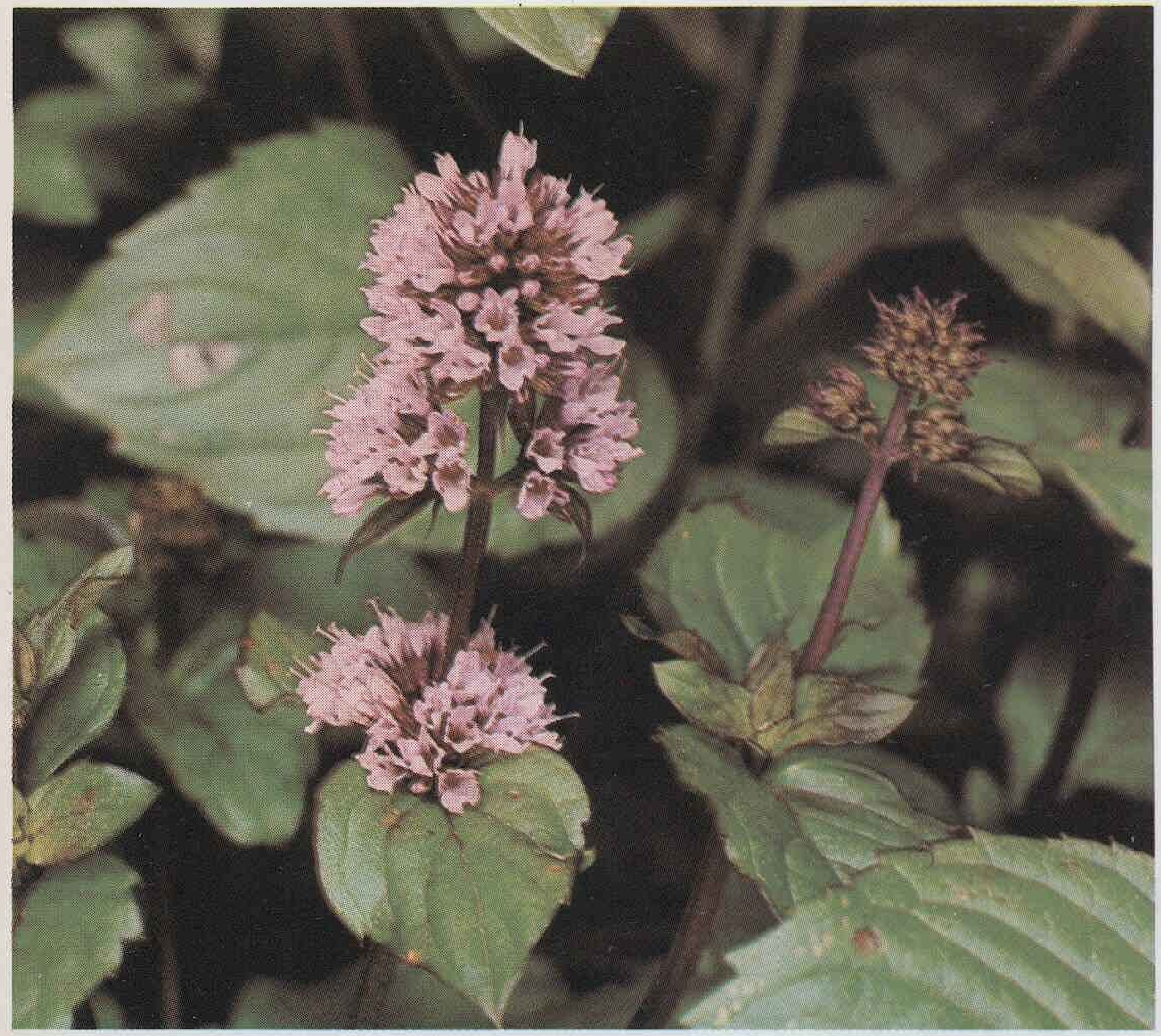


---

195 MENTA PIPERITA

(Cat.: *menta piperita;* eusk.: *menda*)
Mentha piperita

Familia Labiadas.
Descripción Planta perenne, de aproximadamente medio metro de altura, con rizoma y estolones que se forman al cabo de un año a partir de la raíz. De los nodos de los estolones se desarrollan elementos hacia arriba y hacia abajo, que se convierten respectivamente en ramas y raíces. Posee tallo de sección cuadrangular. Las hojas son opuestas, decusadas, con el pecíolo muy corto, lanceoladas, con un nerviación que hace que su tacto sea rugoso. Son de color verde oscuro en la cara superior, y de tonalidad más clara en la inferior. Las flores se reúnen en una pseudoespiga en la extremidad de las ramitas y en la axila de las hojas superiores. El cáliz es pentalobulado con lóbulos puntiagudos; la corola, tubular con lóbulos, uno de los cuales de mayor tamaño que los restantes, y todos de color violeta rosado. Los frutos son tetraquenios ovoidales, encerrados en el cáliz coriáceo, oscuro, brillante. Esta especie no es muy abundante como espontánea, y en cambio se la cultiva ampliamente. Se recolecta en pleno verano.
Partes utilizadas Las hojas y las extremidades floridas.
Compuestos químicos Mentol, mentona, tanino, enzimas, pectinas y derivados terpénicos.
Propiedades Tónica, estomacal, antiespasmódica, tusífuga, insecticida.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, jarabe, polvos, esencia, zumo.
Nota Esta especie es considerada como un cruzamiento entre la menta acuática y la verde. La planta contiene del 0,25 al 1 % de aceite volátil y se usa como aromatizante en cocina o como base en los tabacos.



196 NÍSPERO

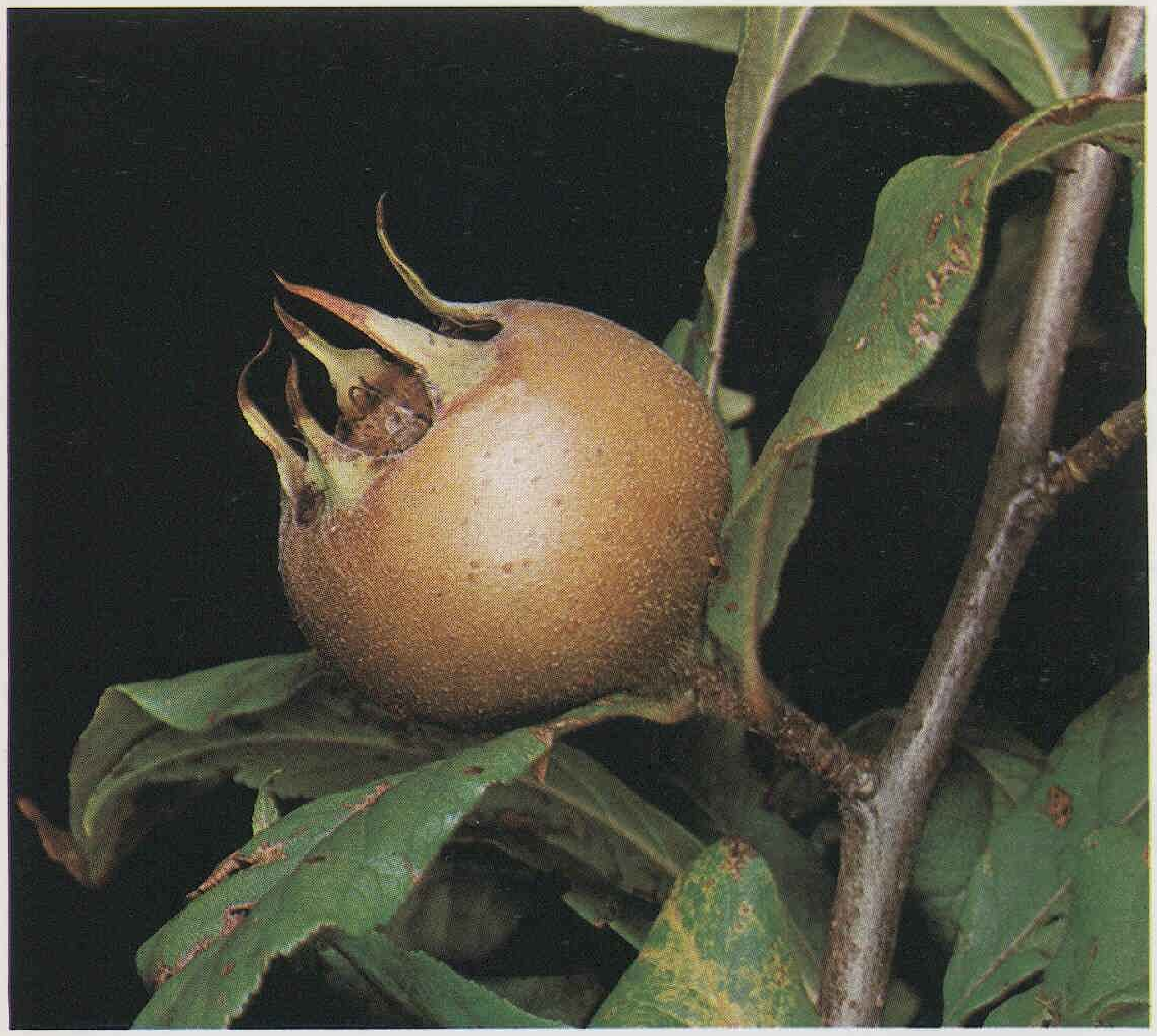
(Cat.: *nesprer*)
Mespilus germanica

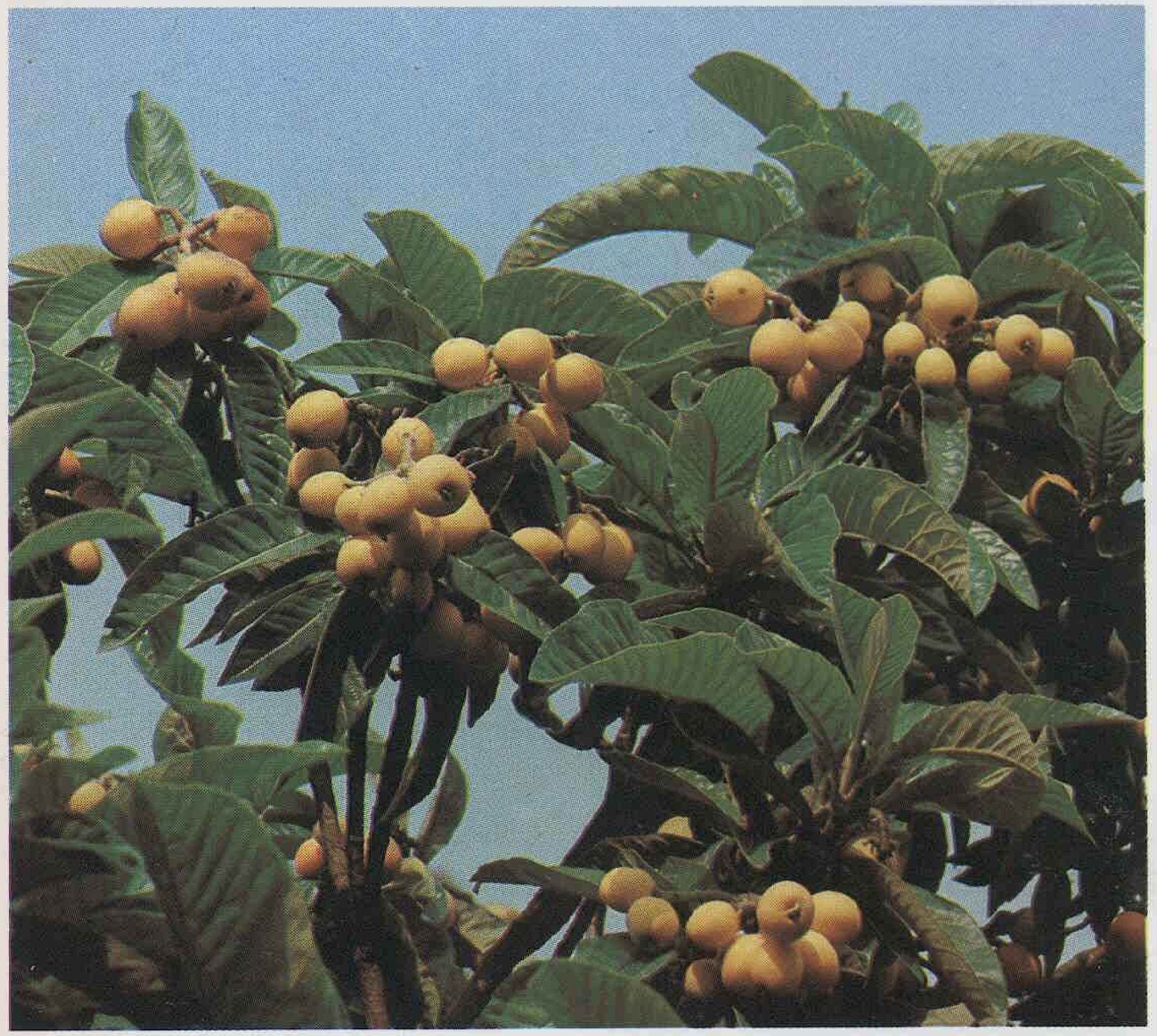
Familia Rosáceas.
Descripción Pequeño árbol, de 3 a 9 m de altura, con tronco tortuoso, ramas tomentosas y espinosas, de color oscuro. Las hojas son grandes, lanceoladas, terminadas en punta. El margen es entero en la primera mitad de la hoja y después se hace dentado. La lámina es opaca y lisa superiormente. La cara inferior es pubescente por la presencia de pequeños pelos. Las flores son blancas, solitarias, subsésiles en el ápice de las ramitas, rodeadas de grandes hojas. El cáliz es pentasépalo y la corola, pentapétala blanca, con numerosos estambres de color oscuro. El fruto o, con más exactitud, el falso fruto (ya que el receptáculo y el cáliz se desarrollan y se hacen persistentes encerrando el verdadero fruto) contiene cinco semillas de color óxido, y en la extremidad lleva la prolongación de los cinco sépalos a modo de lengüeta. Crece en general en los bosques y entre los setos. Presente también cultivado. Se recolecta en mayo y en otoño.
Partes utilizadas Hojas, frutos, semillas.
Compuestos químicos Tanino, ácido cítrico, málico, sustancias pépticas, azúcares, vitaminas.
Propiedades Laxante (pulpa), astringente (hojas), litóntricas (semillas).
Modo de empleo Electuario, decocción, maceración.
Nota El fruto sólo es comestible al cabo de la maduración. Se puede conservar aunque por poco tiempo. De la maceración, previa destilación, se obtiene alcohol. La corteza se usó como sucedáneo de la quinina con resultados inciertos. El empleo de los polvos de la semilla, como litóntrico, debe ser cuidadoso dado el contenido en ácido cianhídrico.

197 NÍSPERO

(Cat.: *nesprer del Japó*)
Mespilus japonica

Familia Rosáceas.
Descripción Árbol con tronco erguido, ramificado y con ramas tomentosas. Hojas ovadas o lanceoladas, coriáceas, rugosas, penninervias, dentadas, de color verde brillante. Flores en espiga terminal, cáliz pentadentado, pétalos blanquecinos obovados. El fruto pulposo tiene forma elipsoidal; es amarillo, liso, contiene semillas grandes, de color marrón claro. Esta especie procede de China y Japón y fue naturalizada en los climas templados y mediterráneos. Alcanza una altura de 4-5 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Frutos, hojas.
Compuestos químicos Azúcares, tanino, ácido cítrico, ácido málico, sales.
Propiedades Astringente, nutriente, expectorante.
Modo de empleo Pulpa, decocción.
Nota Con los frutos se preparan gelatinas y conservas de fácil digestión y con leves propiedades expectorantes. Mediante fermentación, se obtiene una bebida ligeramente alcohólica. Las hojas se utilizan en decocción como astringentes intestinales y como colutorio en las aftas bucales. La misma acción se logra con la decocción de las ramificaciones.





198

MORERA

(Cat.: *morera;* eusk.: *masustable*)

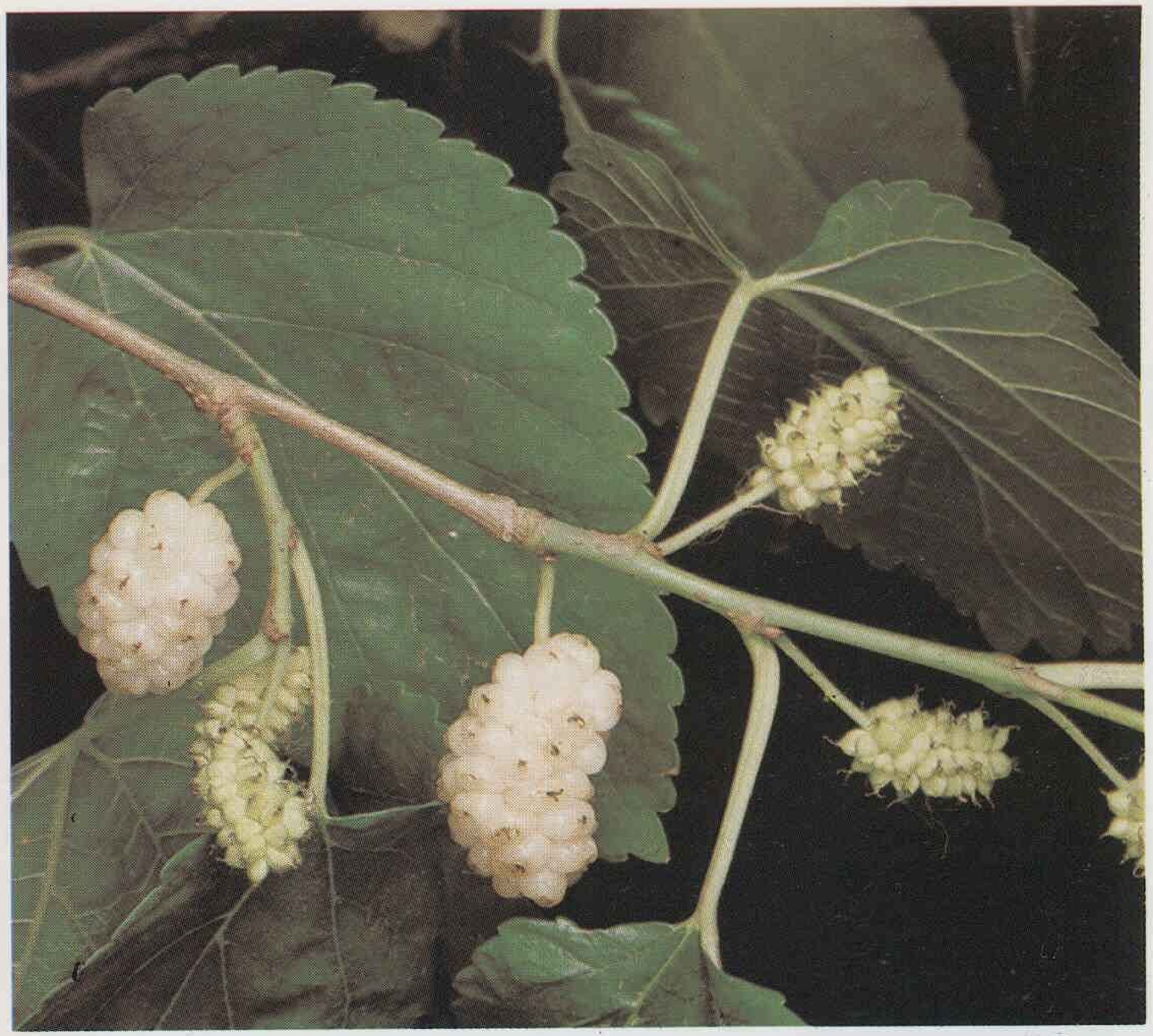
Familia Moráceas.
Descripción Árbol con tallo ramificado que forma una amplia copa, con la corteza de tonalidad más o menos amarilla, agrietada. Las hojas son acorazonadas, ovales, dentadas, a menudo trilobuladas. Tomentosas en la cara inferior, a lo largo de la nerviación. Lleva flores masculinas y femeninas en amentos; en aquéllas el perigonio es tetrapartido y las femeninas son tetrapentapartidas. La infrutescencia es un sorosio de pequeñas drupas blanquecinas. Esta especie procede de China, pero está bien naturalizada en los países de la cuenca mediterránea. Antaño se cultivó ampliamente, y hoy se usa como ornamental, y sólo de modo muy raro se le halla espontáneo. Mide hasta 15 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Adenina, proteínas, ácidos, sales, glucosa.
Propiedades Astringente, hipoglucemizante, odontálgica.
Modo de empleo Infusión, tintura.
Nota Planta utilizada fundamentalmente para la alimentación del gusano de seda, aunque hoy está en desuso como consecuencia del auge de la seda artificial. Los frutos son azucarados y apetecibles. Se preparan zumos, mermeladas y, después de la fermentación, se obtiene alcohol. La corteza proporciona fibras textiles. Las hojas pueden emplearse para la alimentación del ganado. Al igual que el moral, la corteza permite obtener una tintura con acción odontálgica.

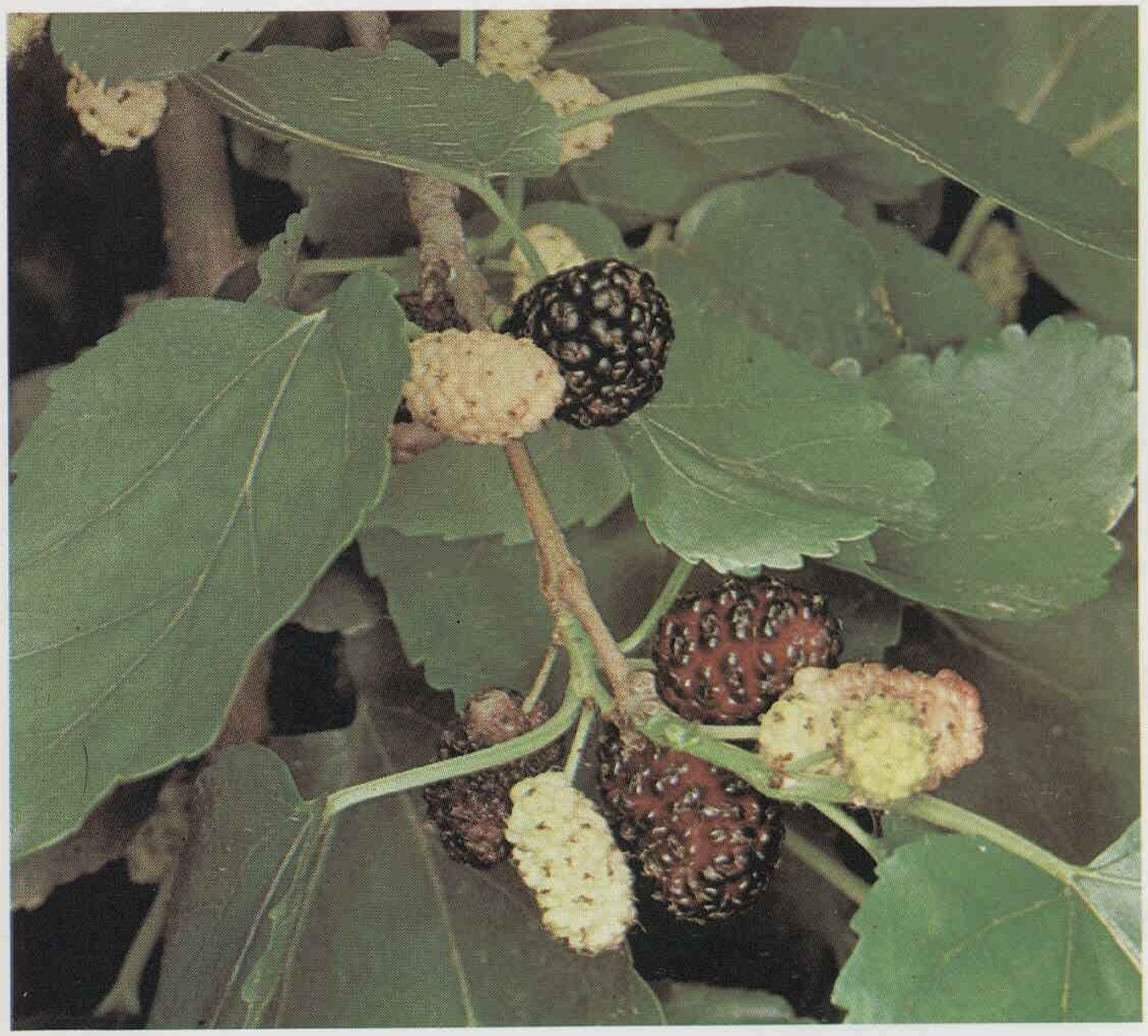
199

MORAL

(Cat.: *morer negre;* eusk.: *mazuzta marguza*)
Morus nigra

Familia Moráceas.
Descripción Árbol que llega a medir hasta 15 m de altura, con abundante copa. Las hojas son alternas, algo coriáceas, con la cara superior de color verde oscuro y la inferior más clara. El limbo es acorazonado, terminado en punta, con pequeños dientes en el margen. La inflorescencia es un amento alargado: flores masculinas y femeninas presentan perigonios cuadripartidos. La infrutescencia es de color oscuro, esférica. Al prensarse emite un zumo rojizo, producido por los tépalos engrosados que encierran al fruto, formado por un pequeño aquenio. Se cultiva en las llanuras. Se recolecta en verano y es oriundo de Persia.
Partes utilizadas Los frutos, las hojas, la corteza.
Compuestos químicos Adenina, glucosa, asparragina, carbonato de calcio, proteína, tanino.
Propiedades Odontálgico, antidiabético, astringente.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, zumo, polvos, tintura.
Nota A base de los frutos pueden prepararse óptimas mermeladas caseras, y el zumo es agradable y refrescante. El fruto tiñe en un tono rojo persistente, por lo que se emplea para colorear diversos productos. La tintura de la corteza y de la raíz es odontálgica. Las moras fermentadas producen un líquido ligeramente alcohólico que puede destilarse. Las fibras de la corteza pueden aprovecharse para tejidos.





200

Muscari comosum

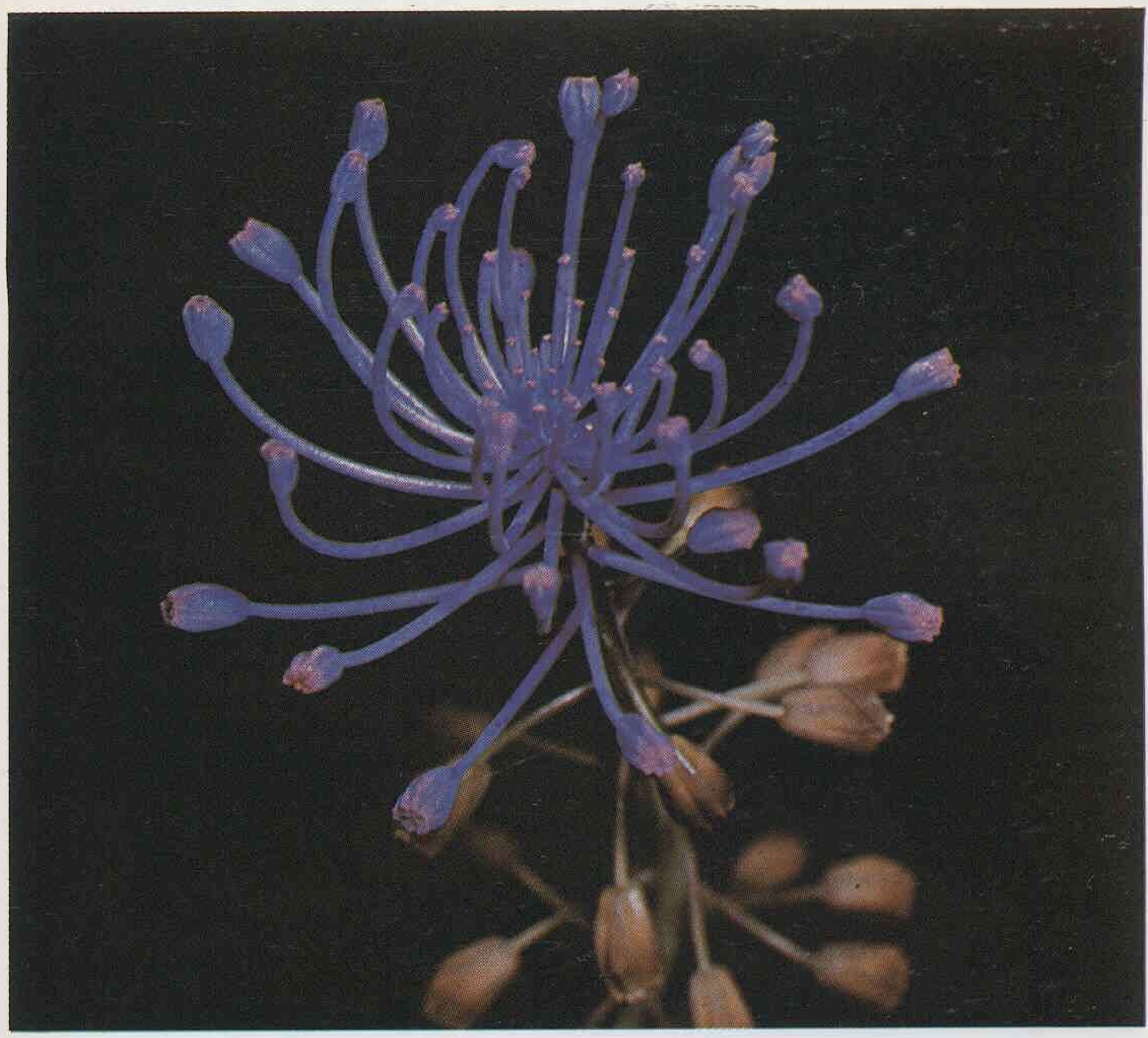
Familia Liliáceas.
Descripción Planta con bulbo semejante a una cebolla, del que parte un tallo delicado, muy frágil, cilíndrico. Las hojas se disponen únicamente en posición basal y nacen a partir del bulbo. Son carnosas, largas, lineales, con el ápice agudo. El racimo apical contiene flores estériles y flores fértiles: estas últimas son sostenidas por un pedúnculo que sobresale de pequeñas brácteas lanceoladas. Corola cilíndrica de color violeta. El fruto es una cápsula con semillas casi esféricas. Bastante frecuente en los linderos del bosque y junto a los senderos. El tallo puede alcanzar 35 cm. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas El bulbo.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, sales, goma, azúcares.
Propiedades Diurética, emoliente.
Modo de empleo Decocción, cataplasma
Nota Los bulbos son comestibles después de ebullición, a fin de eliminar la sustancia amarga. Una vez secos pueden emplearse en aplicaciones externas para las pieles enrojecidas. Posee idénticas propiedades que la cebolla, sobre todo diuréticas. El bulbo puede conservarse en vinagre, y pierde gran parte de las sustancias amargas que contiene.

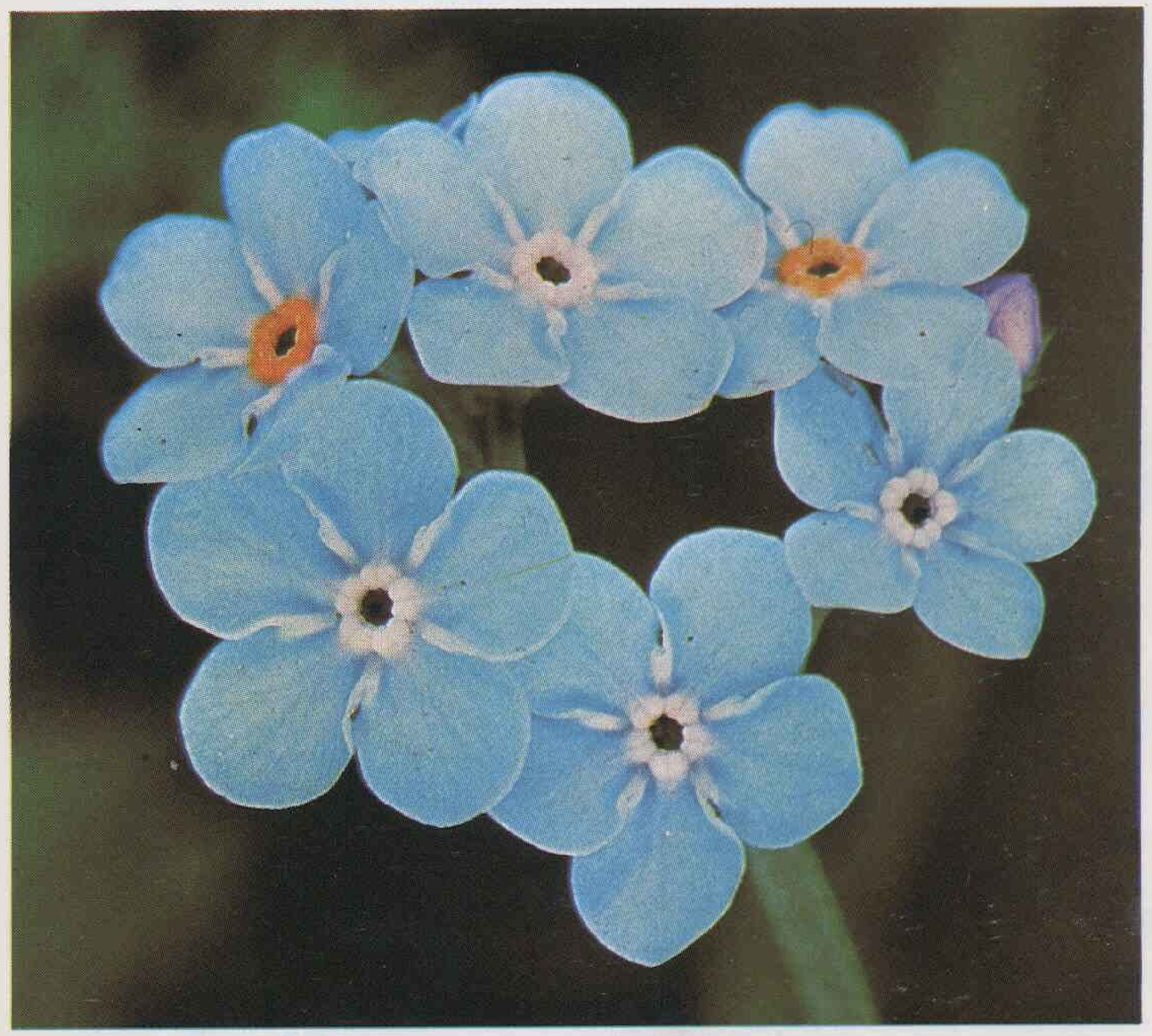
201

MIOSOTIS

(Cat.: *miosotis*
Myosotis alprestris

Familia Borragináceas.
Descripción Hierba con raíz leñosa, rastrera, gris y fibrosa, erecta, frágil, hirsuta, con tallos ramificados. Las hojas basales se disponen en roseta, son espatuladas y pecioladas; las caulinares, en cambio, son lanceoladas y sésiles. Las flores apicales, dispuestas en pequeñas cimas, poseen cáliz acampanado y corola tubular azulada con fauces amarillas. Los frutos son aquenios negruzcos ovoidales. Común en los prados alpinos, en los bosques, entre las rocas. Mide aproximadamente 10 cm. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Tanino, resina, mucílago, sales.
Propiedades Cicatrizante, oftálmica, astringente.
Modo de empleo Infusión, zumo, agua destilada, cataplasma.
Nota Pequeña planta que se cultiva con fines ornamentales. Constituye un excelente remedio contra numerosas enfermedades oculares, y se utiliza en forma de colirio. Prensada y aplicada sobre las heridas, las cicatriza. El zumo se empleaba en casos de epistasis. En las enteritis infantiles es muy activa, especialmente si se emplea conjuntamente con la salicaria.

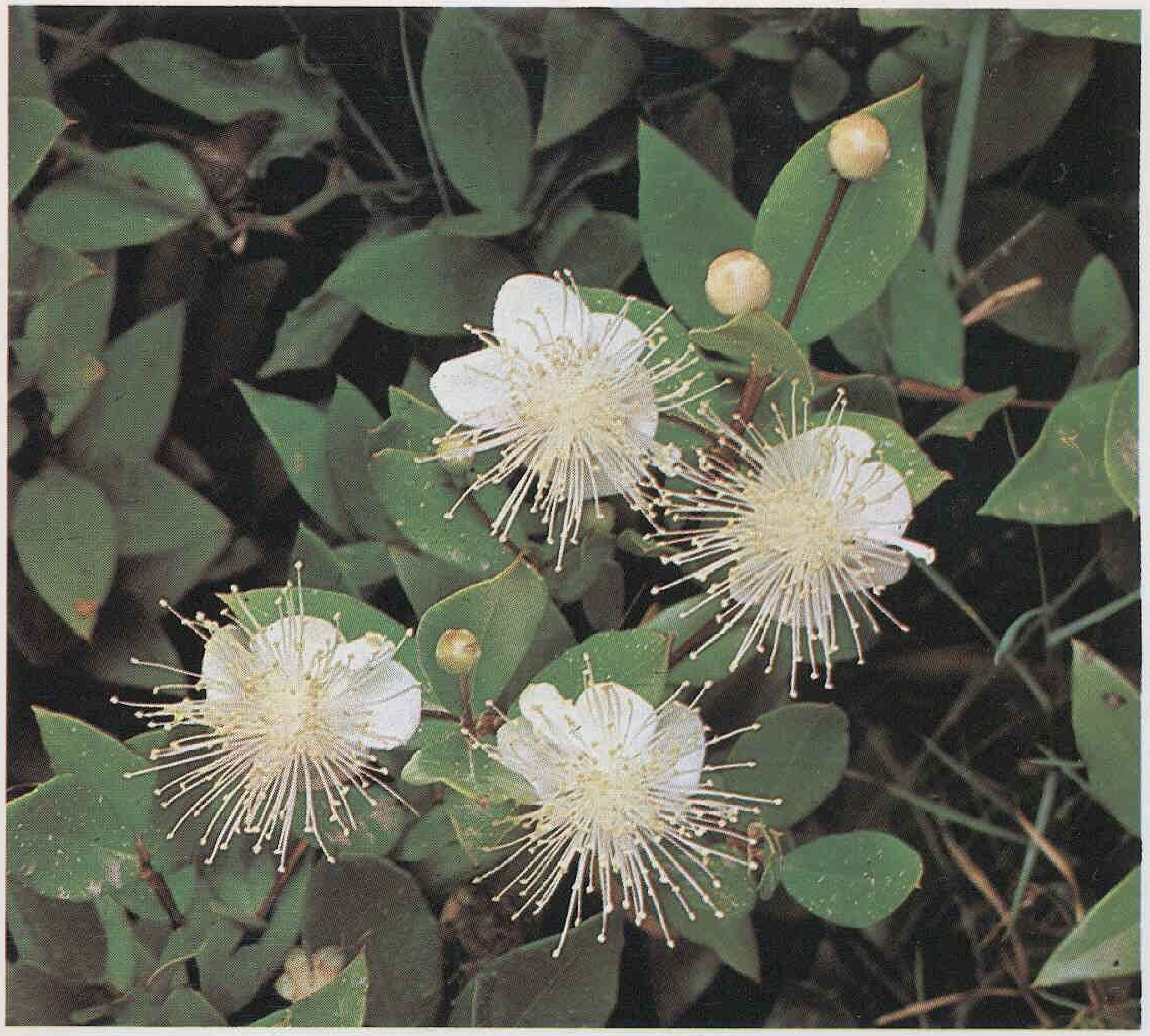




202 ARRAYÁN

(Cat.: *murta*)
Myrtus communis

Familia Mirtáceas.
Descripción Arbusto de corteza al principio rojiza y después grisácea y abierta. Hojas opuestas, sésiles o provistas de un pecíolo muy corto, ovales en la base, puntiagudas en el ápice. La cara superior es de color verde oscuro y la inferior, verde claro. Son coriáceas y provistas de numerosas glándulas de aceite esencial que desprenden un perfume característico. Las flores crecen aisladas, dispuestas en la axila de las hojas, sostenidas por un pedúnculo rojizo. Cáliz dividido en cinco sépalos en triángulo. La corola es pentapétala perfumada, con numerosísimos estambres sobresalientes dispuestas en una semiesfera de color amarillo. El fruto es una baya ovoidal, oscura, carnosa, con semillas reniformes. Se cría en amplias zonas del litoral mediterráneo. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Aceite esencial con compuestos terpénicos, mirtenol, mirtol, aldehídos, resinas, tanino.
Propiedades Balsámico, hemostático.
Modo de empleo Esencia, infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Del arrayán se obtienen por término medio 10 g de esencia cada 100 kg de planta; es de color amarillo, aromática, con una densidad de 0,9. Se obtiene por destilación fraccionada del mirtol y se emplea en las gingivitis. Una serie de investigaciones recientes han puesto de manifiesto la existencia de una sustancia antibiótica. Las semillas contienen aceite. Las bayas se emplean como condimento en cocina. Con la planta se obtienen curtidos de piel parecidos al marroquino.

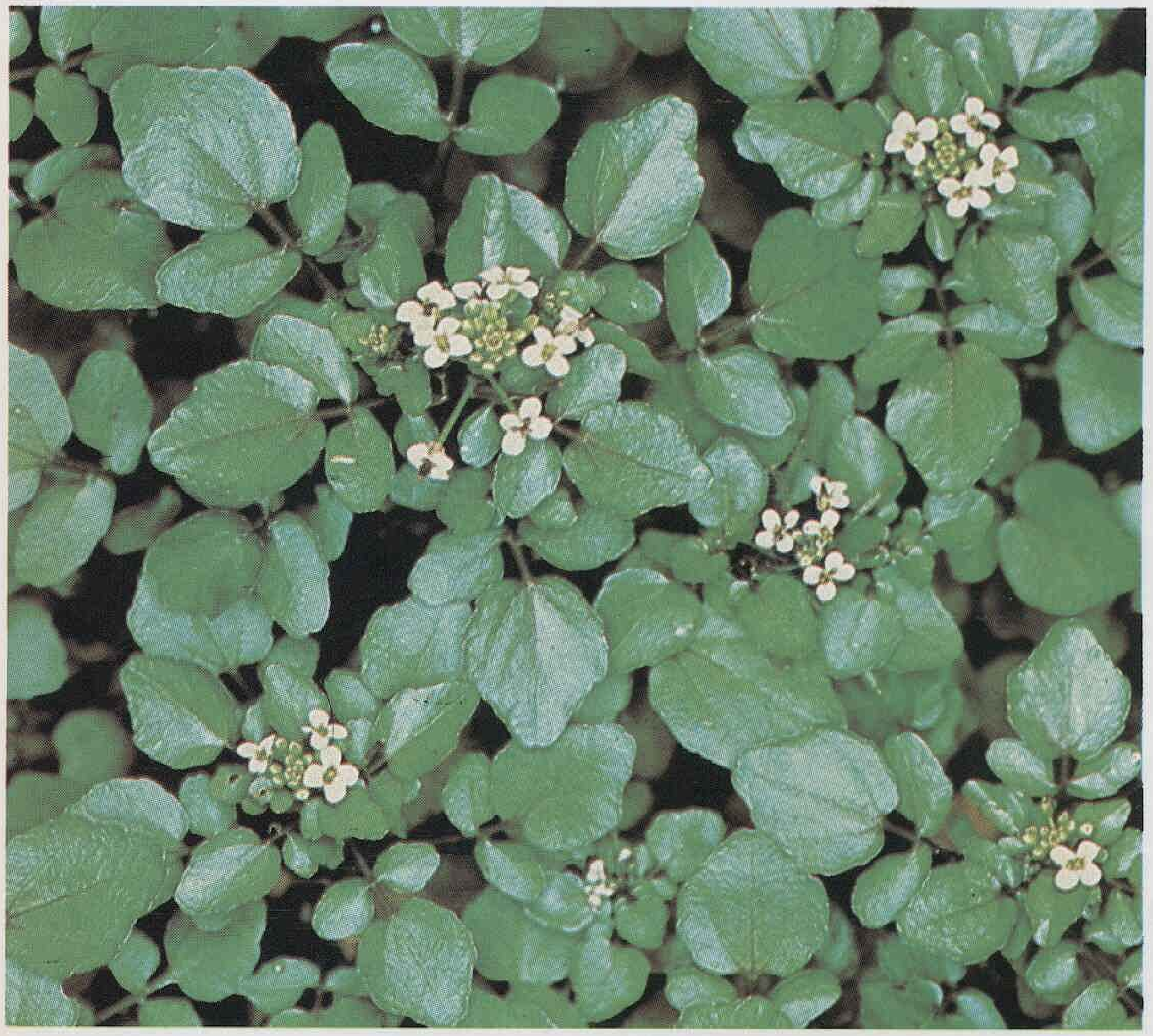


---

203 BERRO

(Cat.: *créixens;* eusk.: *zarra*)
Nasturtium officinale

Familia Crucíferas.
Descripción Planta herbácea perenne con tallo rastrero, provisto de numerosas radículas, de hasta 70-80 cm de altura. Hojas imparipinnadas de color verde claro, pecioladas las basales, las superiores sésiles con algunos segmentos. La terminal es mayor y circular, acorazonada, a menudo terminada en punta. La inflorescencia al principio es un corimbo, pero al llegar a la madurez se convierte en racimos terminales dispuestos en oposición a la última hoja. Las flores son blanquecinas, con cuatro pétalos y cuatro sépalos, estos últimos de doble longitud que los primeros. Los frutos son silicuas que contienen numerosas semillas dispuestas en hilera en cada lado. Crece en lugares con abundante agua corriente y no contaminada, de escasa profundidad, y vive sumergida. No obstante, a menudo también se cultiva. Conviene lavarlo bien ya que con frecuencia está infectado por diversos parásitos.
Partes utilizadas La parte superior de la planta.
Compuestos químicos Gluconasturtósido, vitaminas A, C y D, sodio, enzimas.
Propiedades Remineralizante, expectorante, hipoglucémico, odontálgico.
Modo de empleo Jarabe, infusión, extracto fluido, zumo.
Nota Esta especie es buscada por las abejas a causa de su elevado contenido polínico. El zumo posee propiedades disolventes de la nicotina y se emplea para esta finalidad en tabacos fuertes. Se utiliza también como ensalada, preparada conjuntamente con la oruga (planta).



204

NÉBEDA

(Cat.: *nepta;* eusk.: *katu-belar*)
Nepeta cataria

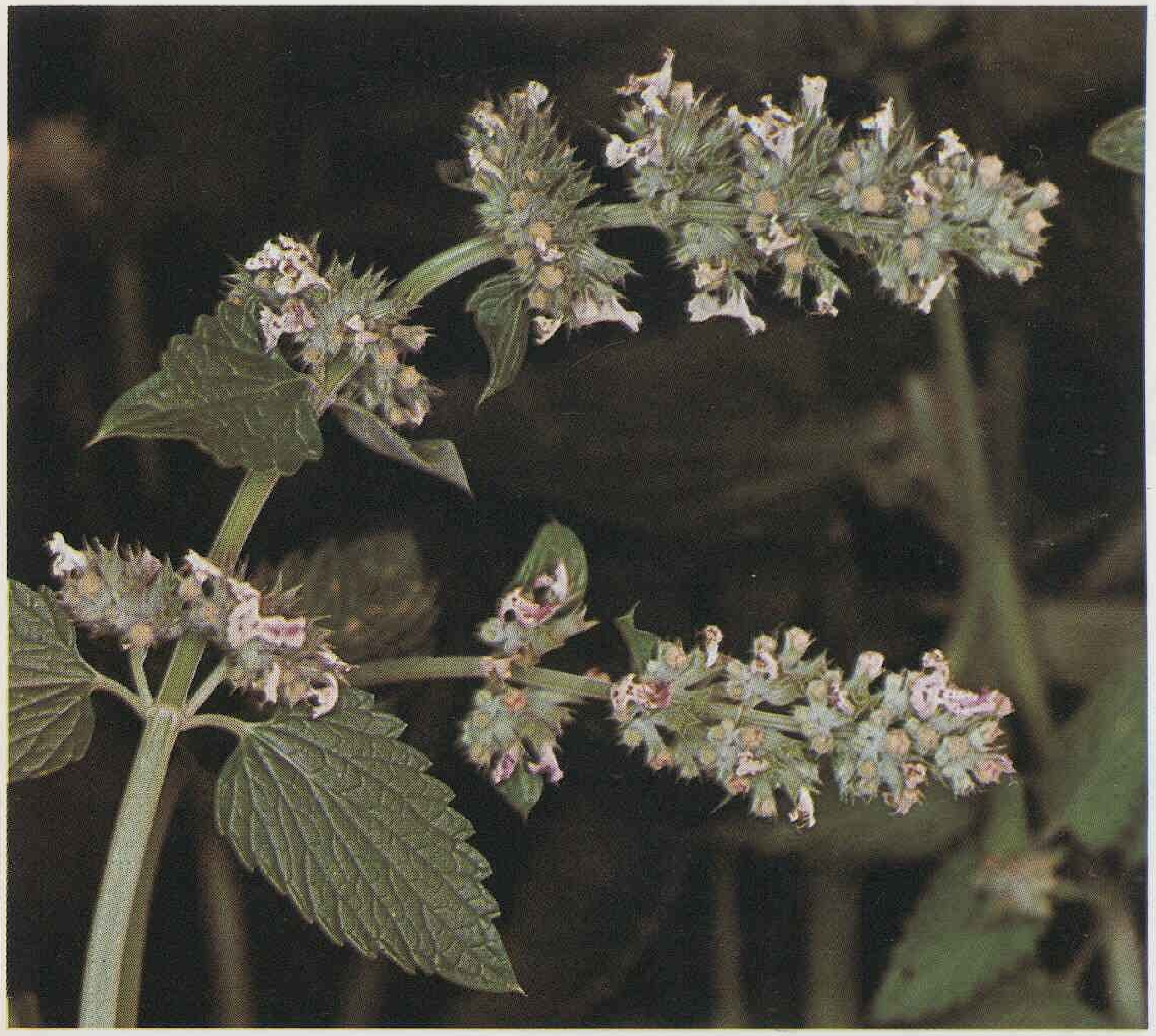
Familia Labiadas.
Descripción Planta herbácea perenne, de hasta un metro de altura, de olor aromático, con el tallo erguido cubierto de pelos. Hojas opuestas provistas de largo pecíolo, con la lámina superior de color verde claro y la inferior tomentosa y de tonalidad más clara, acorazonada, dentada en el margen. Flores dispuestas en la axila de las hojas, en espiga, con dos brácteas delgadas. El cáliz es pentadentado, y la corola, tubular bilabiada: el labio superior es a su vez bilobulado y el inferior trilobulado. El fruto está formado por cuatro aquenios elipsoidales de color oscuro. Crece con preferencia en las zonas montañosas, junto a los senderos, próximo a las corrientes de agua. Se recolecta hasta finales de primavera.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Carvacrol, pulegona, timol, mentol, nepetol, tanino, acetato de metilo.
Propiedades Antiespasmódica, sedante, emenagoga, béquica, estomacal.
Modo de empleo Infusión, jarabe, extracto fluido, enolito.
Nota La planta posee acción parecida a la valeriana y se asocia a ella en diversas composiciones calmantes. Se utiliza fresca como aromatizante de las ensaladas. A partir de esta especie se extrae una esencia de color versoso, con acción emenagoga. El enolito presenta acción calmante en la pertosis. La planta atrae a los gatos, probablemente debido a que su olor recuerda al de algunas hormonas femeninas. Las hojas masticadas actúan como odontálgico, y si se fuman detienen el hipo.

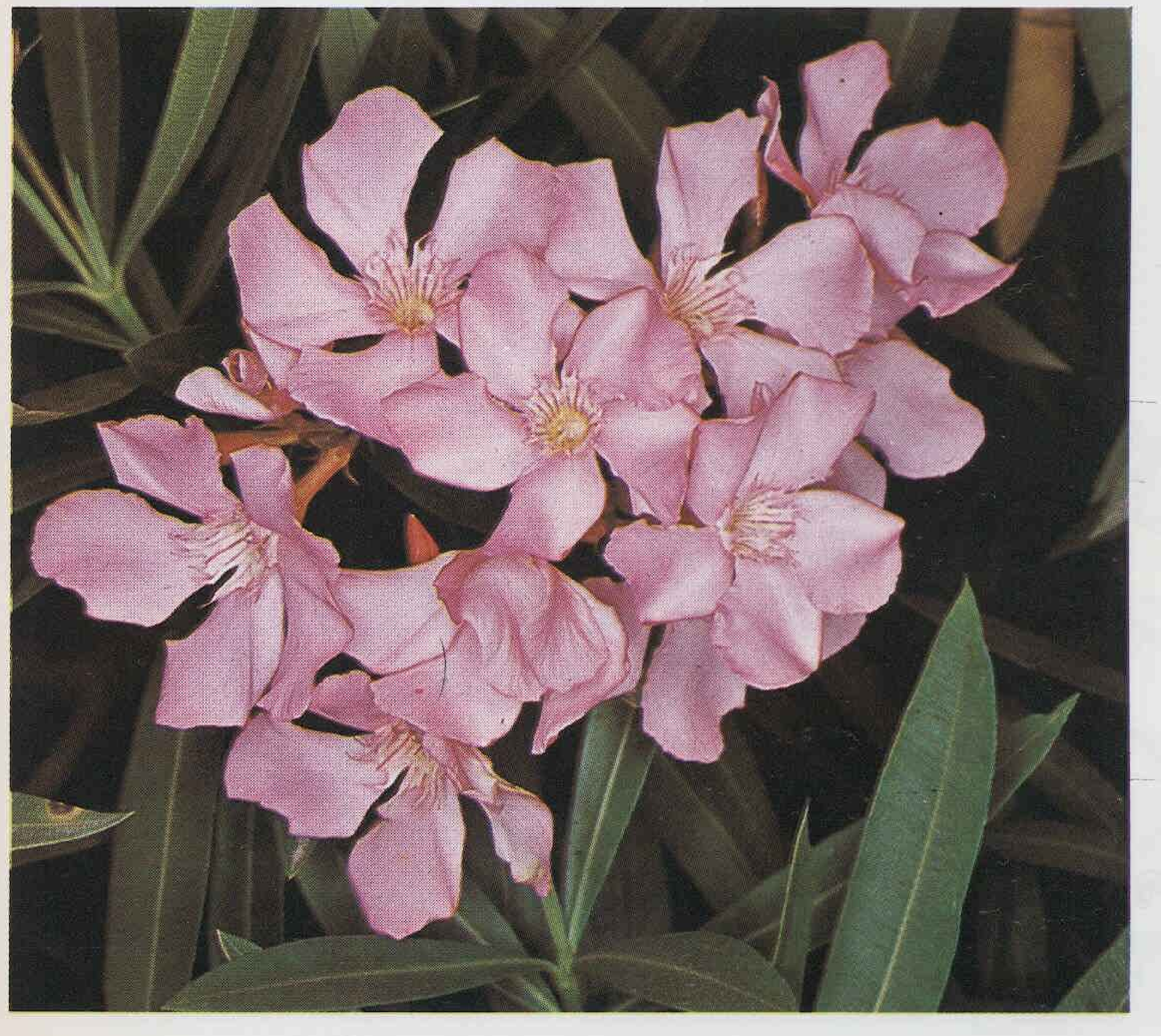
205

ADELFA

(Cat.: *baladre;* eusk.: *epriotz-orri*)
Nerium oleander

Familia Apocináceas.
Descripción Del griego *neros,* húmedo. Arbusto que puede alcanzar 5 m de altura, con tallo erecto, gris y ramificaciones ascendentes y divergentes. Las hojas son opuestas, provistas de un corto pecíolo (la lámina superior es más verde que la inferior), nerviación central acentuada, lanceolada, y agudas con el borde entero. Las flores adoptan la coloración rosada o blanca, se disponen en corimbo. El cáliz es pentapartido, la corola es tubular con cinco lóbulos. Los estambres están soldados a la corola y su número es de cinco. El ovario está formado por dos carpelos. El fruto consta de dos folículos que contienen las semillas provistas de vilano. Abunda tanto espontáneo como cultivado, y prefiere las orillas de las corrientes de agua o los cauces secos, en toda la cuenca mediterránea. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Oleandrina, pseudocurarina, resinas, azúcares, taninos.
Propiedades Cardiotónica, parasiticida, estornutatoria.
Modo de empleo Infusión, polvos, extracto fluido, tintura.
Nota Esta especie es venenosa y el envenenamiento se advierte por la aparición de vómitos. Conviene suministrar analépticos y vigilar el ritmo cardíaco. En inspiración, los polvos se emplean en los resfriados de cabeza, mientras que las aguas de decocción producen resultados positivos en la sarna.





206 NENÚFAR BLANCO

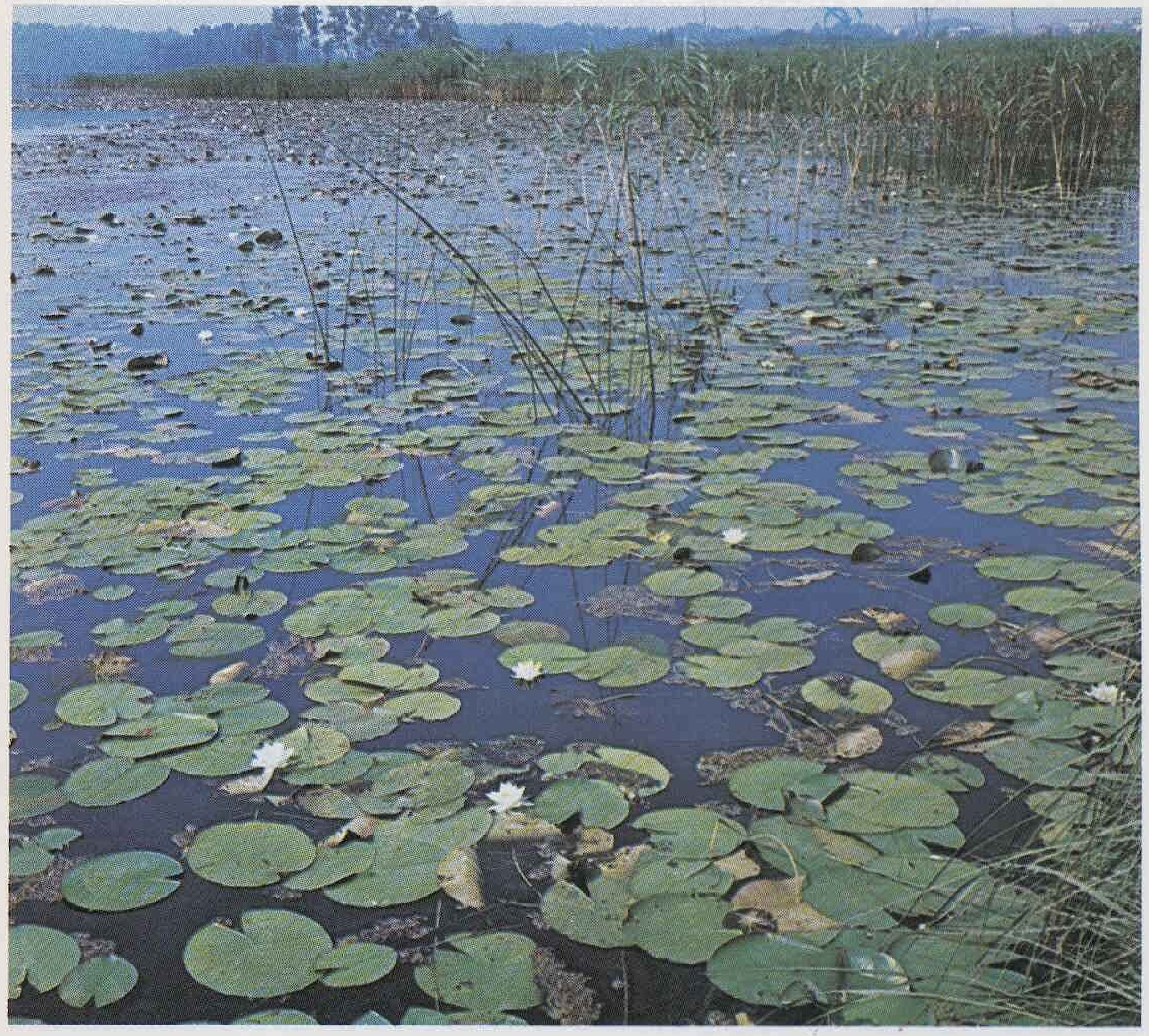
(Cat.: *nenúfar;* eusk.: *otzikera*)
Nymphaea alba

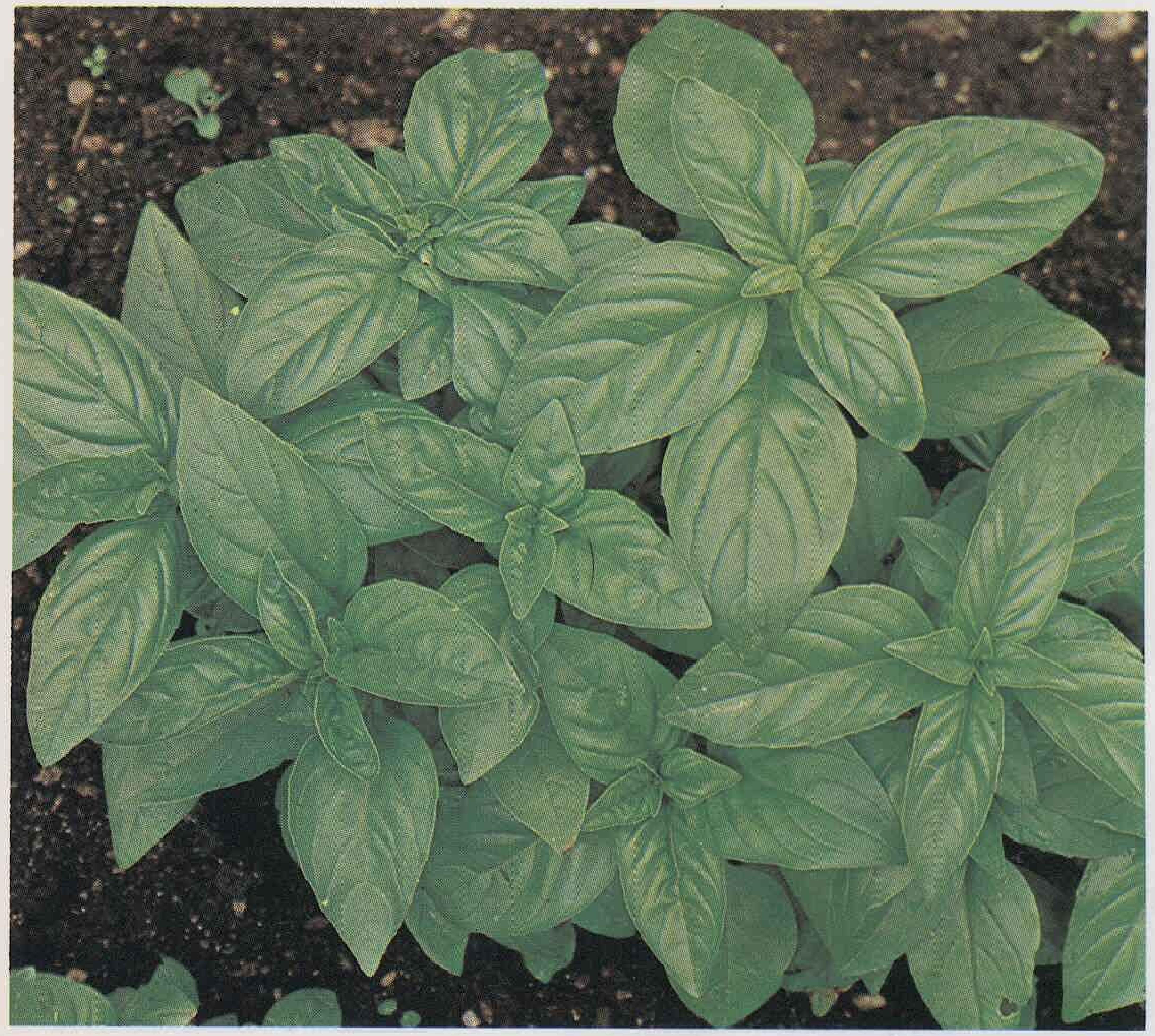
Familia Ninfáceas.
Descripción Planta acuática con rizoma horizontal carnoso, grueso, sumergido en el sedimento, con cicatrices de las hojas caídas. Las hojas, provistas de un larguísimo pecíolo cilíndrico, son circulares u ovaladas, solitarias, acorazonadas en la base. Las flores, solitarias, con largo pedúnculo, son de color blanco rosado, con sépalos ovales y lanceolados, pétalos oblongos grandes. El fruto es una cápsula sumergida que contiene semillas ovales. Común en las charcas, lagos, fuentes, corrientes de agua, pantanos, etc. Su desarrollo en altura depende de la profundidad del agua. Se recolecta en verano y otoño.
Partes utilizadas Rizoma y flores.
Compuestos químicos Ninfalina, ninfeína, resina, tanino, almidón, clorofila.
Propiedades Anafrodisíaco, calmante, parasimpaticolítico.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, agua destilada.
Nota Los rizomas con varios años de edad pueden comerse dada su elevada concentración en almidón. Las semillas se tuestan y se emplean como sucedáneo del café. Las flores se conservan en salmuera. La acción anafrodisíaca parece actualmente reconocida y, por lo tanto, esta especie es útil en las ninfomanías y en el eretismo genital.

207 ALBAHACA

(Cat.: *alfàbrega;* eusk.: *albaraka*)
Ocimum basilicum

Familia Labiadas.
Descripción Planta anual provista de raíz axonomorfa, caule con sección cuadrangular, de hasta medio metro de altura, con ramitas dispuestas en la parte superior. Las hojas, de un hermoso color verde brillante, son decusadas, opuestas, ovales, apuntadas, casi lanceoladas, con el margen entero o débilmente dentado, pecioladas y perfumadas. Las flores se disponen en racimo casi equidistante sobre dos brácteas opuestas. La flor posee un cáliz tubular con el labio superior proporcionalmente mayor que el inferior, dividido en cuatro dientes poco marcados. La corola tubular posee el lóbulo superior dividido en cuatro lóbulos poco marcados. Los frutos son tetraquenios, muy oscuros, encerrados en un cáliz coriáceo. Difícilmente se le encuentra espontáneo si no es en las proximidades de huertos y terrenos de cultivo, de los que ha huido. Se recolecta en verano en el momento de máxima floración.
Partes utilizadas Las hojas y las extremidades floridas.
Compuestos químicos Aceite esencial, tanino, saponina.
Propiedades Estomacal, carminativa, galactogoga, ligeramente estupefaciente.
Modo de empleo Infusión, polvos, esencia, enolito, zumo, cataplasma.
Nota Se emplea como condimento, en perfumería y en la fabricación de licores. La esencia obtenida de las extremidades posee una concentración media del 1,5 %. En uso externo aleja a los mosquitos. Constituye un remedio específico en la hemeralopía.





208 HIERBA DEL ASNO

Oenothera biennis

Familia Onagráceas.

Descripción Planta bianual provista de raíz gruesa carnosa axonomorfa. El tallo es erecto, simple y anguloso. Las hojas distribuidas a lo largo de todo el tallo son enteras, lanceoladas, o bien ovaladolanceoladas. Las flores son solitarias y aparecen en la axila de las hojas formando una espiga apical. Presenta cuatro sépalos unidos dos a dos, y cuatro pétalos de color amarillo azufre. El fruto es una cápsula cuadrilocular que contiene las semillas circulares. Es muy común junto a los caminos, en lugares baldíos, en los prados, entre los escombros. Puede alcanzar un metro de altura. Se recolecta en otoño.

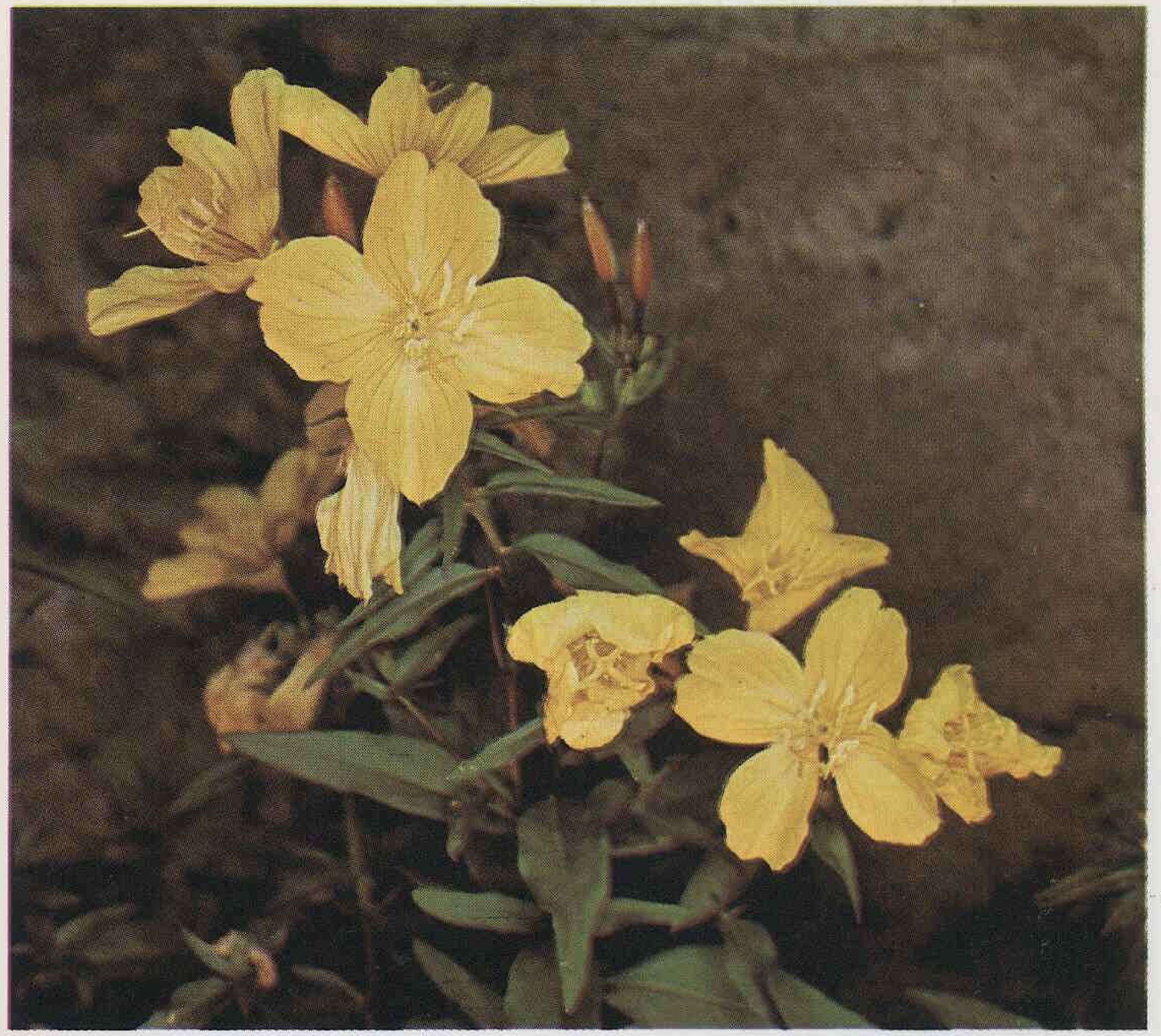
Partes utilizadas La raíz.

Compuestos químicos Mucílagos, fitosterol, alcohol cerílico.

Propiedades Antiflogística, antivagal.

Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura.

Nota La planta se utiliza en los jardines rústicos como especie ornamental, sobre todo la variedad con grandes flores. Estas últimas pueden suministrar una sustancia colorante amarilla. Las semillas de esta especie contienen un alto porcentaje de aceite graso. El jarabe de flores ha dado resultado en el tratamiento de la pertosis. Las extremidades floridas trituradas, en tratamiento externo, se han utilizado en forma de mascarilla sobre pieles enrojecidas, y también en forma de cataplasmas para el tratamiento de formas reumáticas ligeras.



---

209 OLIVO

(Cat.: *olivera;* eusk.: *olibo*)

Olea europaea

Familia Oleáceas.

Descripción Árbol que puede alcanzar los 10 m de altura, con tronco erguido, a menudo abierto, corteza de color gris y crecimiento lento. Hojas opuestas, ligeramente pecioladas, lanceoladas, coriáceas, glabras en su cara superior y blanquecinas en la inferior, a menudo con los márgenes replegados. Las flores se disponen en racimos axilares con cáliz verdoso tetradentado y corola tetrapétala blanca, pequeña. El fruto es una drupa elipsoidal, primero verde y después negra, con mesocarpo carnoso y endocarpo leñoso. Contiene una única semilla con albumen. En estado espontáneo es espinoso y arbustivo. Es mucho más conocida la forma cultivada sobre suelos calcáreos y soleados, de clima mediterráneo. Se recolecta durante todo el año.

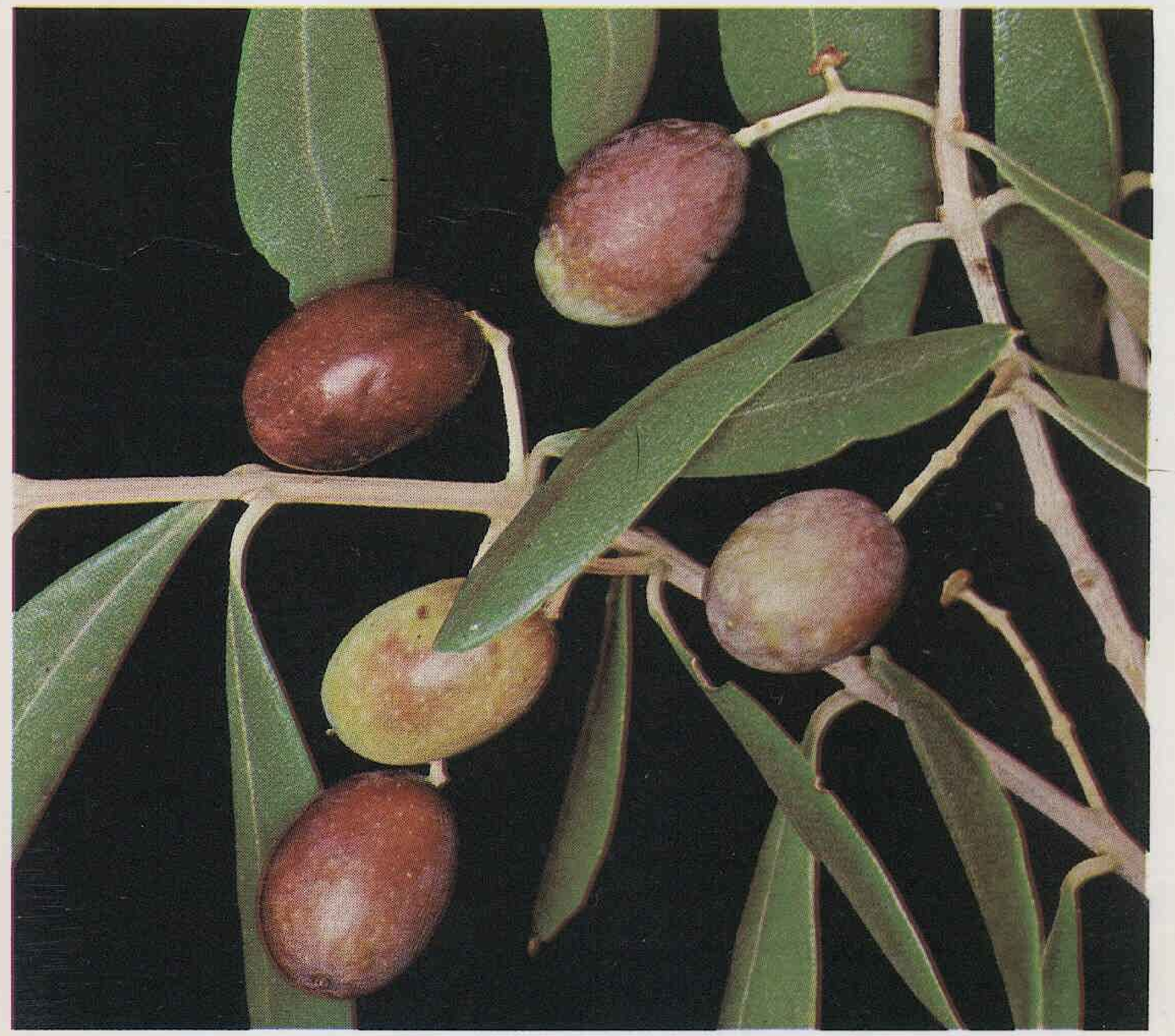
Partes utilizadas Las hojas.

Compuestos químicos Oleorropina, oleasterol, oleanol, olestranol, manitol, glucosa, olinina, resina.

Propiedades Hipotensivo, antiesclerótico, vasodilatador, febrífugo, tónico.

Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido.

Nota El aceite de oliva posee una acción ligeramente laxante y constituye la base para la preparación de los oleolitos. La madera del tronco, al ser muy compacta, es apreciada en los trabajos de tornería. La resina olorosa se utiliza en fumigaciones para las bronquitis. Las hojas pueden utilizarse como forraje de emergencia. Su acción hipotensiva se asocia a la diurética gracias a la presencia del ácido glicocólico.



210 GATUÑA

(Cat.: *gaon;* eusk.: *galdarron*)
Ononis spinosa

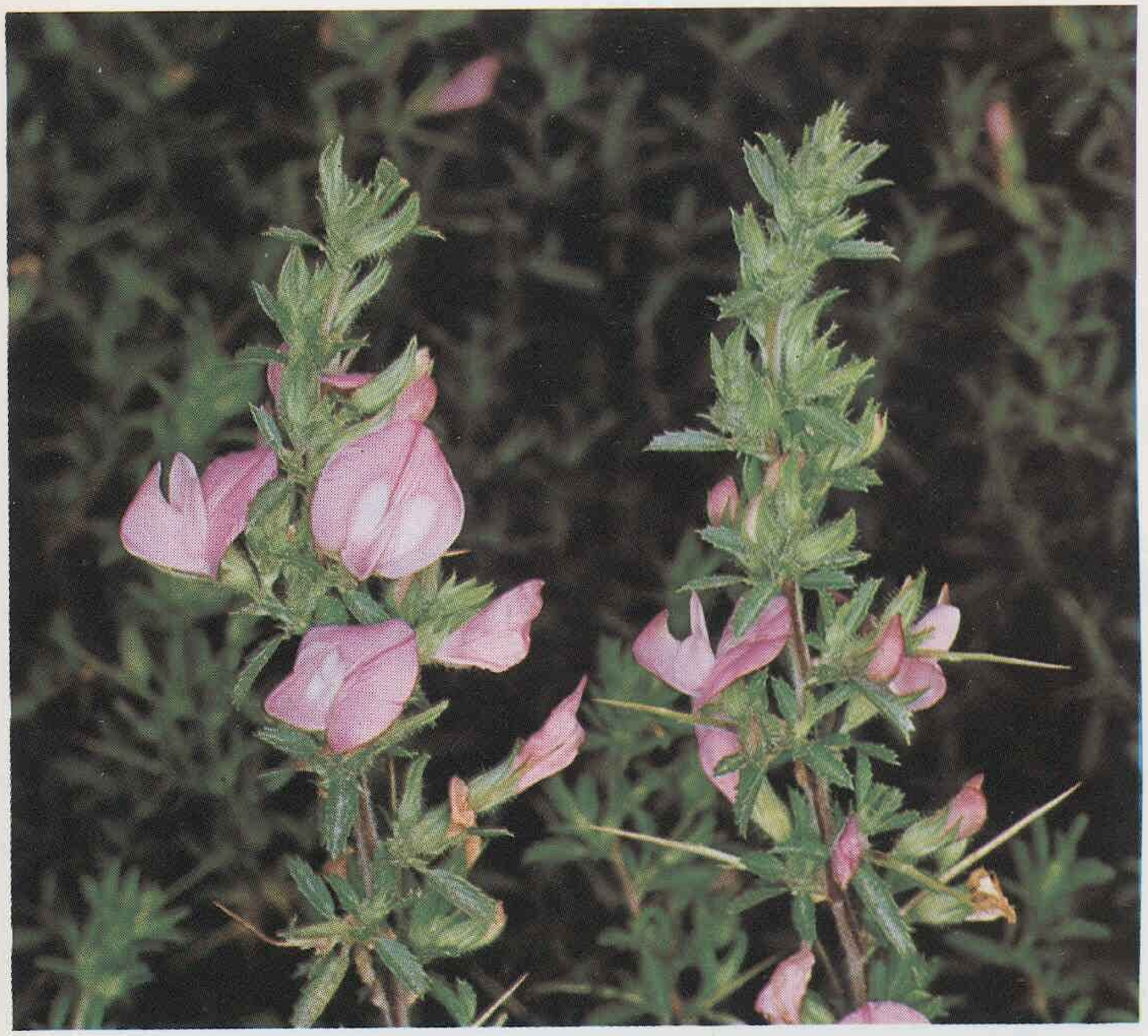
Familia Papilionáceas.
Descripción Del griego *onos,* asno. Arbusto con tallo leñoso en la base, muy ramificado y espinoso. Las hojas están formadas por tres pequeños pecíolos, en cuya base se dispone una estípula dentada, con pecíolo corto. Las flores crecen unas veces aisladas y otras en grupos de dos o tres en la axila de las hojas más altas. El cáliz es tubular, con cinco dientes largos y agudos, tomentosos; la corola, que mide aproximadamente el doble de longitud, posee cinco pétalos de color rosado, con dos soldados formando la quilla. Los frutos son pequeñas legumbres, apenas más largas que el cáliz, y contienen de tres a cuatro semillas circulares de color oscuro. Crece del litoral a la montaña, especialmente en los lugares áridos y pedregosos, sobre suelos calcáreos. Se recolecta de setiembre a noviembre.
Partes utilizadas Raíz, hojas, flores.
Compuestos químicos Onocerina, espirosina, ononina, heterósidos, aceite graso, tanino.
Propiedades Diurética, litóndrica.
Modo de empleo Polvos, infusión, enolito, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Las flores se utilizan en las ensaladas como elementos decorativos. Debido a la belleza del arbusto florido, se emplea en la ornamentación de jardines rústicos. En aplicación externa, retarda la cicatrización de las heridas.

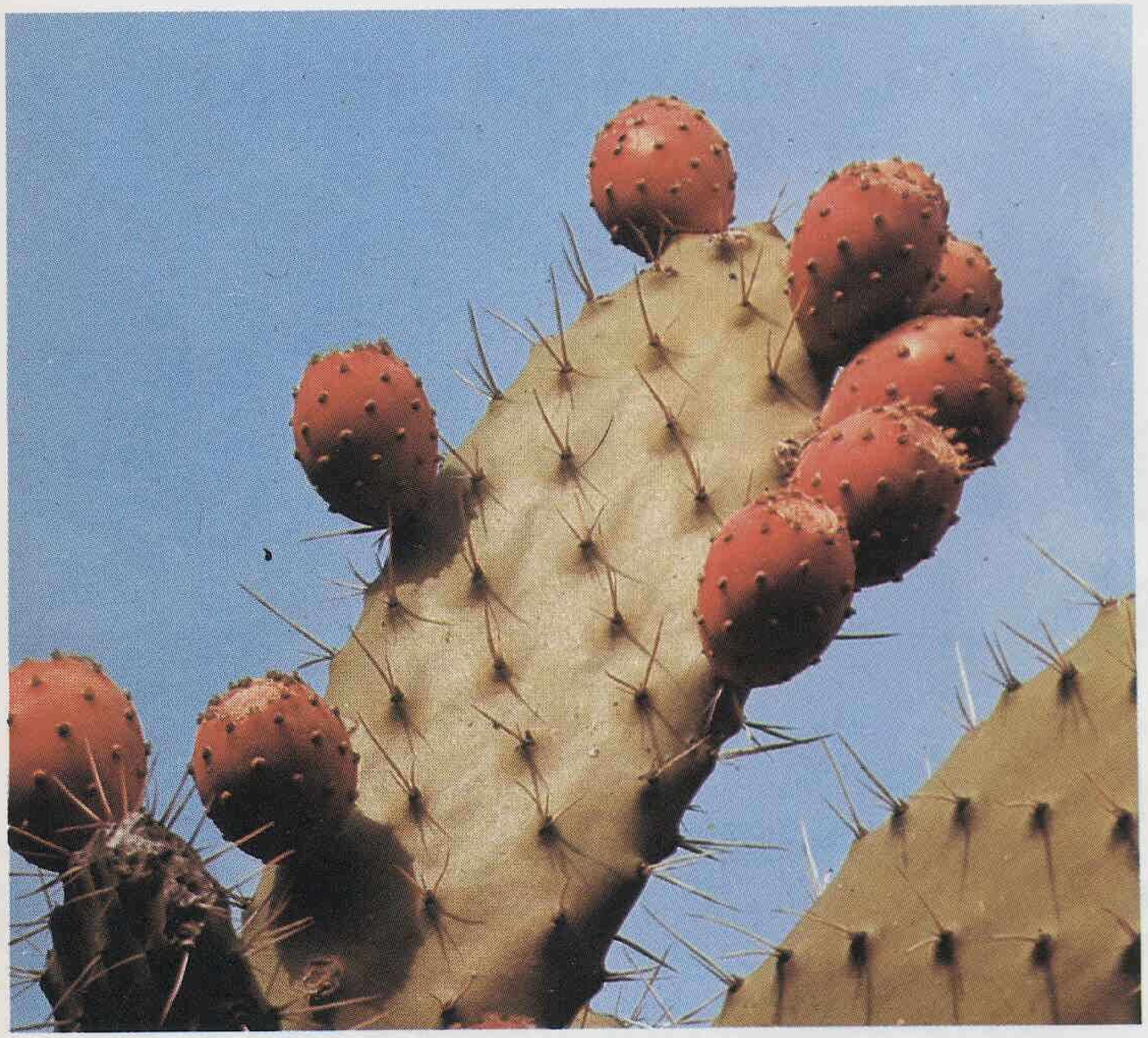
---

211 NOPAL

(Cat.: *figuera de moro;* eusk.: *indiapico*)
Opuntia ficus-indica

Familia Cactáceas.
Descripción Arbusto de hasta 3 m de altura con la parte basal lignificada por transformación de las espátulas formadoras de la rama, con la parte más estrecha en forma de corazón y la parte superior redondeada. La superficie está poblada de protuberancias denominadas areolas, que llevan un haz de espinas amarillas. Las ramas se denominan cladodios. Las hojas son muy pequeñas, y permanecen muy poco tiempo en las areolas. Las flores se insertan en el borde superior del cladodio, y llevan numerosos sépalos grasos y pétalos ovalados, puntiagudos, de color amarillo intenso. Los frutos tienen las mismas características que las areolas, con abundante pulpa y muchas semillas. Esta especie procede de América del Sur, pero crece en todos los lugares cálidos. Las flores se recolectan en primavera y los cladodios, durante todo el año.
Partes utilizadas Flores y cladodios.
Compuestos químicos Mucílagos, azúcar, ácido glutámico, ácido cítrico, ácido málico, ácido oxálico, vitamina C.
Propiedades Nutritivo, diurético, antispasmódico, emoliente.
Modo de empleo Infusión, cataplasma.
Nota El fruto es un buen nutriente que puede desecarse y conservarse. Con él se preparan excelentes mermeladas. Los cladodios se utilizan en algunas zonas como alimento de los cerdos. A partir de los frutos puede obtenerse, mediante fermentación, un líquido alcohólico destilable.

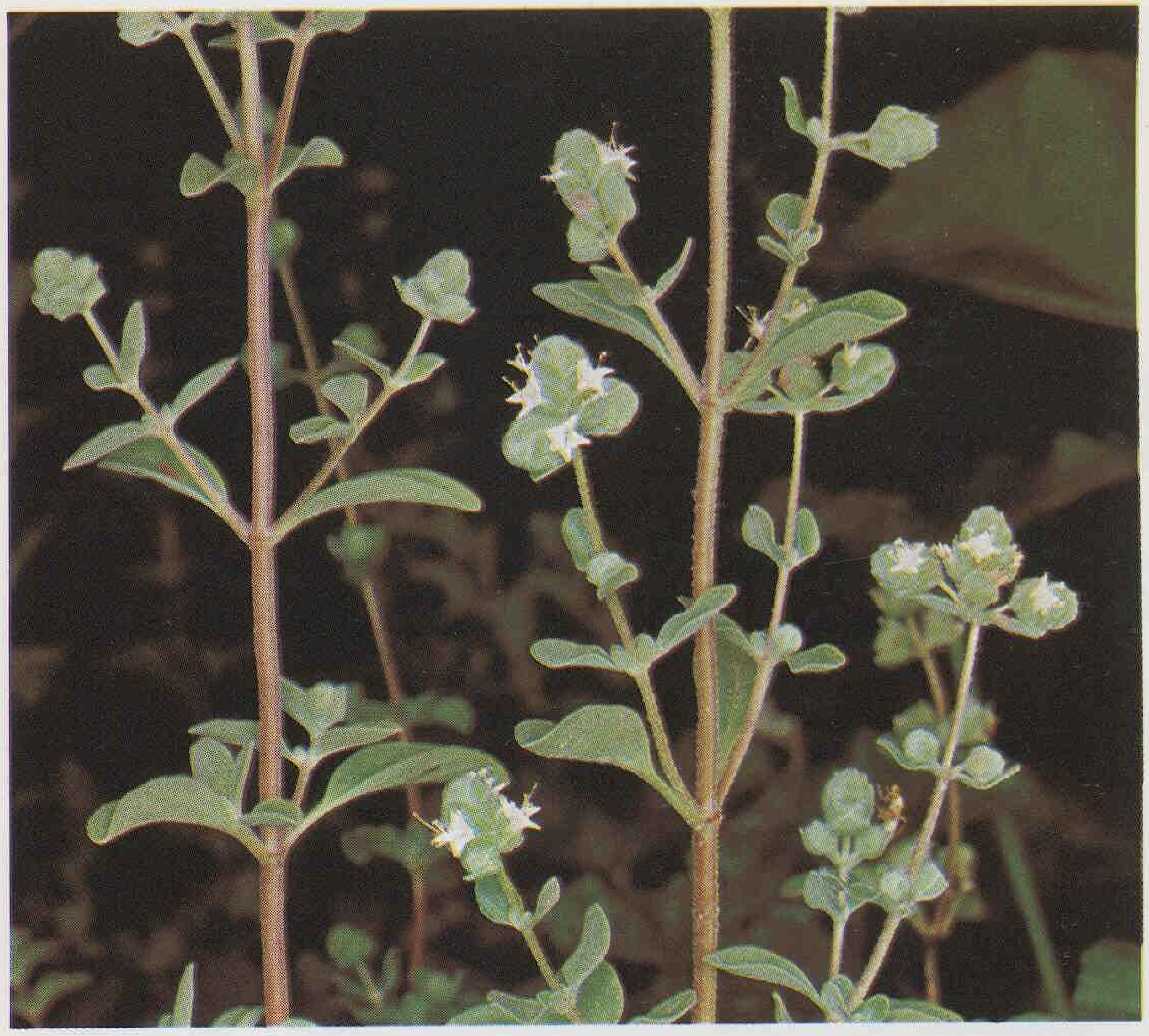




212 MEJORANA

(Cat.: *moraduix;* eusk.: *mendaro*)
Oliganum majorana

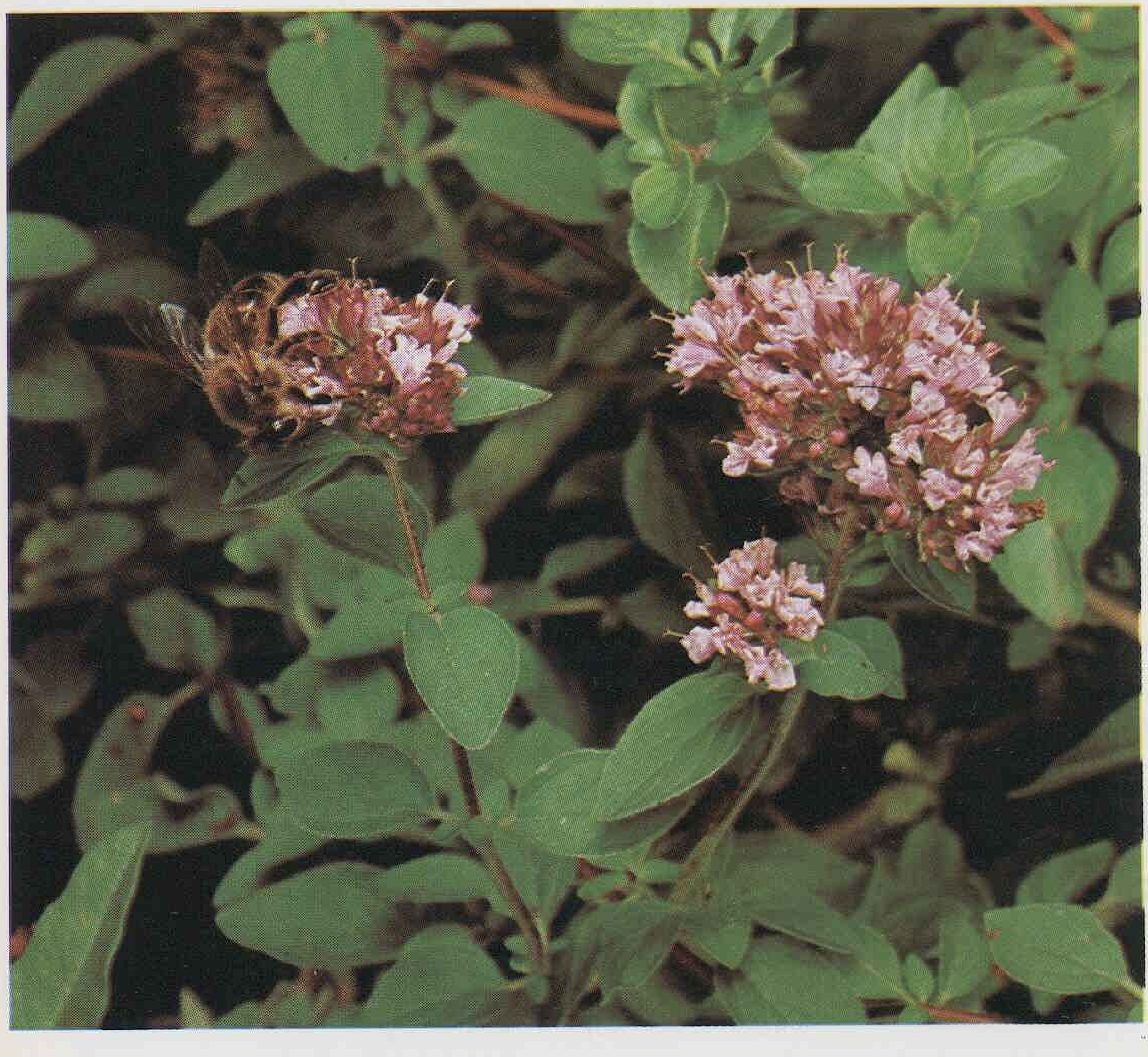
Familia Labiadas.
Descripción Subfrútice perenne, de base lignificada y parte aérea herbácea, ramificado, en sección cuadrangular, al principio tomentoso y después glabro. Las hojas son opuestas, con un corto pecíolo, ovales y con el ápice redondeado. Las flores, de color blanco rosado, se agrupan en una espiga con numerosos elementos. El pedúnculo parte de la axila de las hojas. Las flores pueden ser más o menos sésiles con cáliz tubular. La corola es un tubo con dos labios: el superior entero y el inferior trilobulado. El fruto es un tetraaquenio oscuro. La planta procede de las zonas cálidas, aunque se cultiva por doquier, y a veces crece espontáneo. Se recolecta en verano. Puede medir más de medio metro.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Aceite esencial, tanino, sustancia amarga, sales minerales.
Propiedades Antispasmódica, digestiva, amargo tónica, espectorante, diurética.
Modo de empleo Infusión, polvos.
Nota Es muy utilizada como condimento por su agradable aroma, que hace que combine en numerosas preparaciones. La esencia se emplea en licorería y en perfumería para proporcionar tonos muy aromáticos. La mejorana se utiliza como desinfectante de las colmenas. El polvo aspirado es estornutatorio, y por ello se emplea en los resfriados de cabeza.



213 ORÉGANO

(Cat.: *orenga;* eusk.: *logariño*)
Origanum vulgare

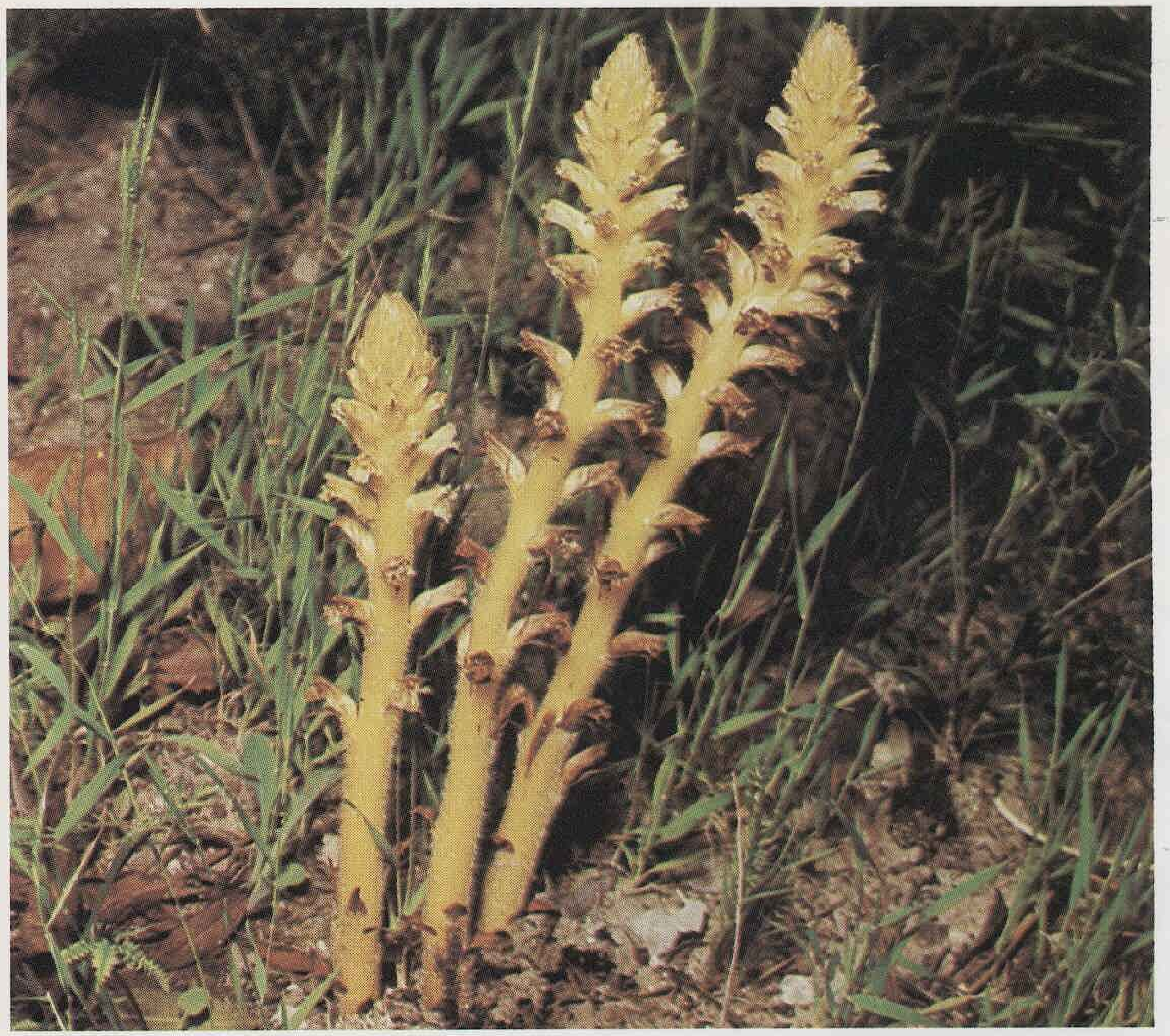
Familia Labiadas.
Descripción Es una planta herbácea de hasta 80 cm, con raíz rastrera de la que parten los tallos portadores de las inflorescencias, que adoptan una forma hemisférica, sólo en la parte superior de la planta. Los tallos tienen sección cuadrangular, con aristas salientes, de color rojizo y cubiertos por una ligera tomentosidad. Las hojas, perfumadas, presentan un pecíolo apenas insinuado. Son acorazonadas, alargadas, puntiagudas, con el margen entero. Las flores se agrupan en el vértice de las ramificaciones y forman espigas. Es la única labiada que presenta inflorescencia en espiga. El cáliz es pentalobulado, con lóbulos puntiagudos, la corola es tubular, tetrapétala, doble que el cáliz, con el labio superior liso y el inferior trilobulado. El fruto está compuesto por cuatro aquenios libres de forma cilíndrica, lisos, de color oscuro, contenidos en el cáliz que se ha hecho coriáceo. Crece en todos los países mediterráneos, y los ejemplares del litoral son más perfumados. Se recolecta en verano en plena floración.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Timol, carvacrol, terpineno, linalol, cimeno.
Propiedades Estomacal, carminativo, antineurálgico, antiasmático.
Modo de empleo Infusión, decocción, jarabe, enolito.
Nota La esencia presenta una concentración aproximada del 0,3 %. Sólo raramente se emplea en perfumería, y en cambio encuentra utilidad en los preparados odontálgicos. El orégano suministra una sustancia colorante roja.



214

Orobanche sativa

Familia Orobancáceas.
Descripción Del griego *orobos,* legumbre, y *ankein,* estrangular, en relación al parasitismo de la planta. Planta parásita, rizomatosa, provista de numerosas radículas que alcanzan las raíces de la especie hospedante y de la que obtienen, a través de los haustorios, los elementos nutritivos necesarios. Los tallos son rígidos, leñosos, cubiertos de escamas, restos de hojas rudimentarias, sin clorofila. Por esta razón, toda la planta es de color amarillo ocre. Las flores forman una inflorescencia en espiga más o menos densa. El cáliz es pentámero. El fruto es una cápsula que contiene pequeñísimas semillas. Puede alcanzar 60 cm de altura. Se recolecta a finales de primavera.
Partes utilizadas Los escapos.
Compuestos químicos Sustancia amarga, taninos, sales, carotenos.
Propiedades Amarga, astringente.
Modo de empleo Polvos, infusión.
Nota Esta planta está completamente en desuso en la fitoterapia actual. En algunos casos invade y destruye los cultivos. Presenta en todo el mundo numerosas variedades.



---

215 ARROZ

(Cat.: *arrós;* eusk.: *arroza*)
Oryza sativa

Familia Gramíneas.
Descripción Planta herbácea perenne provista de un culmo erguido, hueco, de hasta 80 cm de altura, con hojas muy largas, amplexicaules en buena parte, con nerviación paralelinervia, lámina plana, de color verde oscuro. La inflorescencia es una espiga ramificada con espiguillas de flores hermafroditas, con glumas y glumelas. Estas últimas se adhieren íntimamente al grano, con cinco nerviaciones terminadas en arista: la espiga lleva una sola flor. El arroz, a diferencia de otras gramíneas, posee seis estambres en vez de tres. Se cultiva en los arrozales, donde necesita un cuidado particular a fin de mantener siempre la planta en agua corriente. Se recolecta en pleno verano.
Partes utilizadas Las semillas.
Compuestos químicos Almidón, vitaminas, proteínas, grasas, glutina, celulosa.
Propiedades Nutriente, remineralizante, antidiarreico, emoliente.
Modo de empleo Decocción, polvos.
Nota Se obtiene aceite a partir del germen del arroz. De la gluma se obtiene el «aceite de arroz» que, a diferencia del anterior, no puede utilizarse como condimento por el elevado contenido en ácidos libres. El arroz, fermentado, proporciona una bebida semejante a la cerveza. Por destilación, se obtiene alcohol. Los polvos de arroz se emplean generalmente en cosmética como base para cremas.

216 HELECHO REAL

(Cat.: *falguera*)
Osmunda regalis

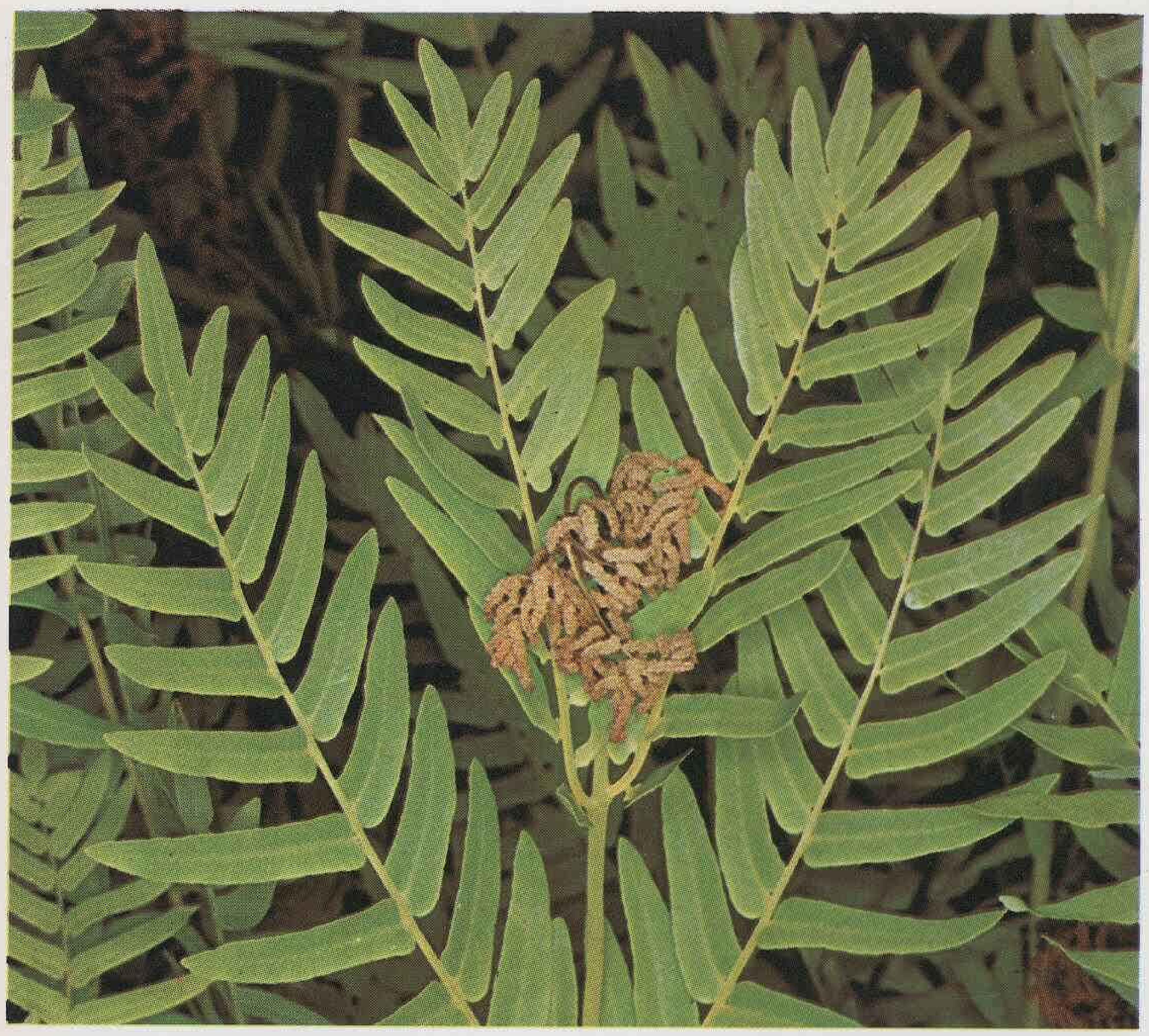
Familia Osmundáceas.
Descripción Helecho de gran porte. El rizoma se dispone en posición oblicua en el suelo, y a partir del mismo se desarrollan los frondes, que pueden alcanzar los dos metros de altura. Tienen forma triangular, con vértice terminado en punta de color pardo rosado, y son portadores de los esporangios, que se abren en dos valvas, favoreciendo la reproducción con la emisión de las esporas. Las restantes hojas verdes se hallan sobre un pecíolo largo y robusto, y están formadas por folíolos sésiles dispuestos dos a dos, casi opuestos. Crece sobre terrenos de turba, junto a los canales. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Tanino, osmundina, ácido filícico, mucílagos.
Propiedades Diurético, astringente, vulnerario.
Modo de empleo Polvos, decocción, enolito, tintura.
Nota Con los frondes se fabrican colchones y almohadas que desarrollan una pretendida acción antirreumática. Se usa a menudo como planta ornamental de interior. Externamente posee alguna eficacia en los emplastes sobre heridas o en las zonas atacadas de reuma.

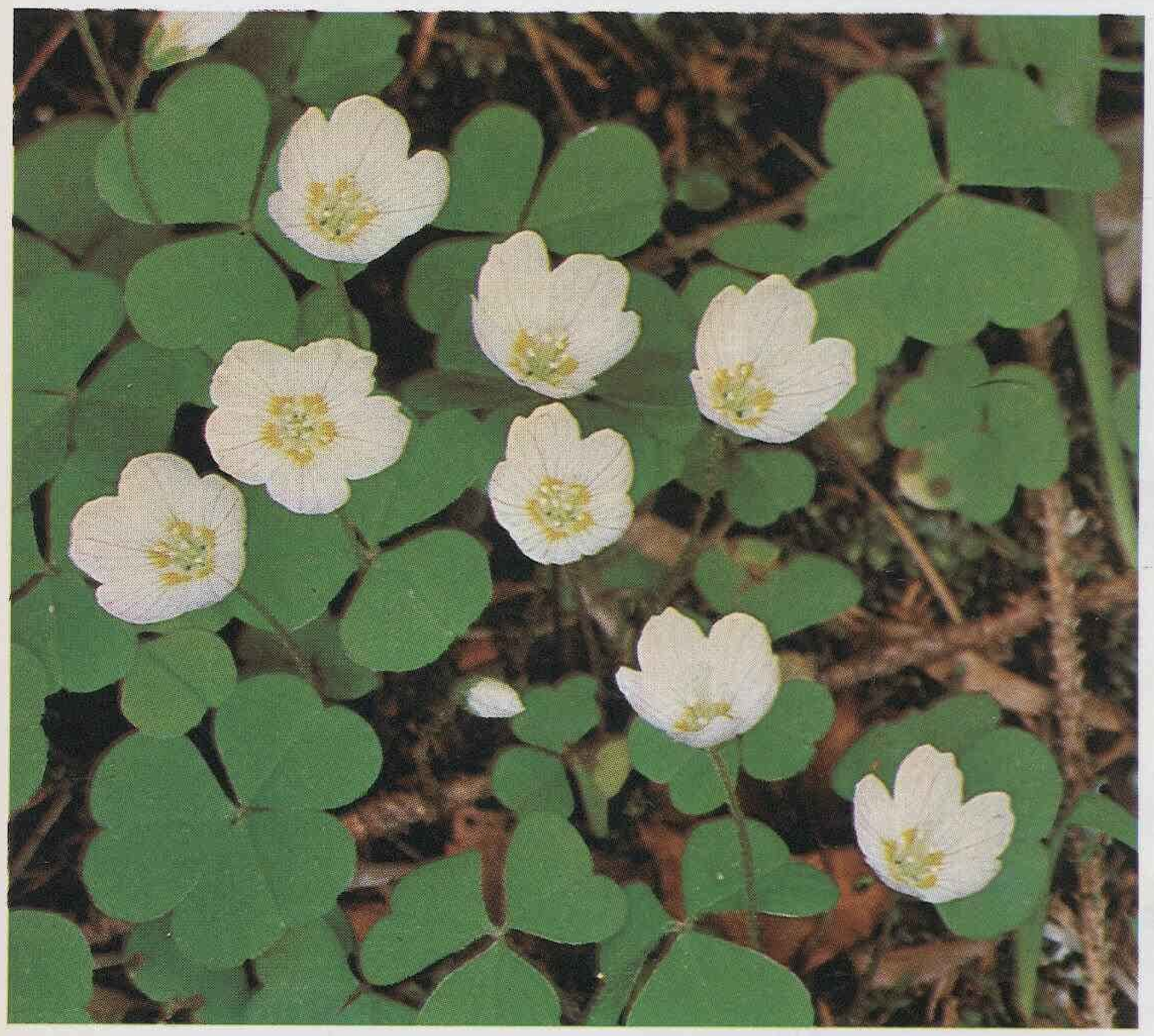
---

217 ACEDERILLA

(Cat.: *acetosella;* eusk.: *mineta*)
Oxalis acetosella

Familia Oxalidáceas.
Descripción Hierba provista de rizoma escamoso y serpenteante. Las hojas, muy pecioladas, son trifoliadas y obcordadas, arrancan del rizoma y son estipuladas. Las flores se disponen sobre un largo pedúnculo, y son solitarias, de color rosa o blanco. Cáliz pentasépalo y corola pentapétala, con diez estambres. El fruto es una cápsula ovoidal que contiene una serie de semillas que son expulsadas lejos al llegar a la madurez. Mide aproximadamente 10 cm. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Oxalato ácido de potasio, ácido ascórbico, mucílagos.
Propiedades Astringente, expectorante, diurética, desecante.
Modo de empleo Zumo, infusión, cataplasma, jarabe.
Nota La planta resulta contraindicada para quienes padecen gastritis y calcosis. Es muy importante no rebasar las dosis recomendadas; en caso contrario se produce intoxicación y envenenamiento. La acederilla se mezcla a menudo con la ensalada y proporciona un gusto acídulo muy agradable. De la planta se obtiene una sal utilizada como quitamanchas.
En aplicación externa, machacada y aplicada, posee capacidad resolvente de los forúnculos y abcesos, y también propiedades astringentes sobre las heridas.





218 PEONÍA

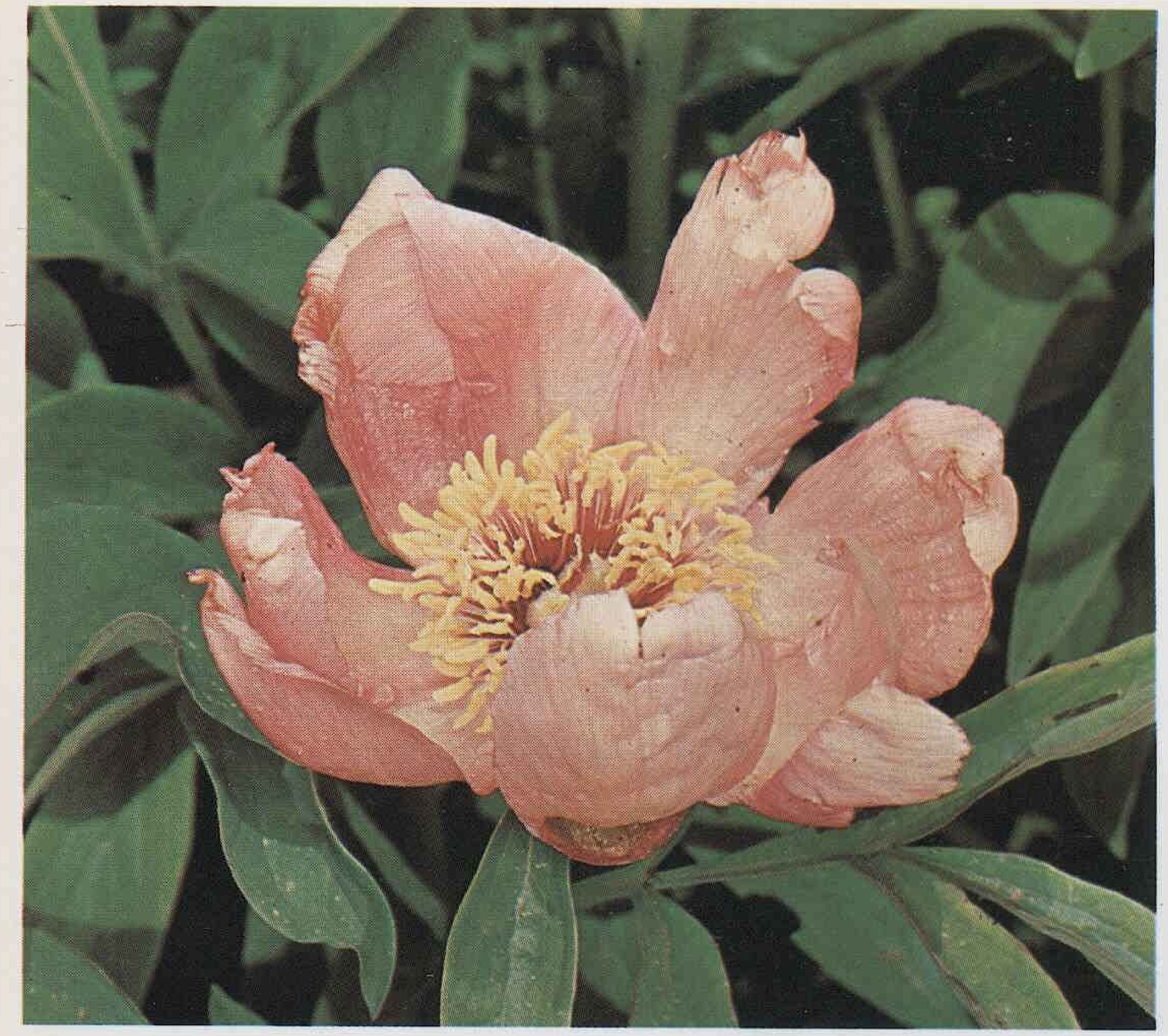
(Cat.: *peònia;* eusk.: *oinlodi*)
Paeonia officinalis

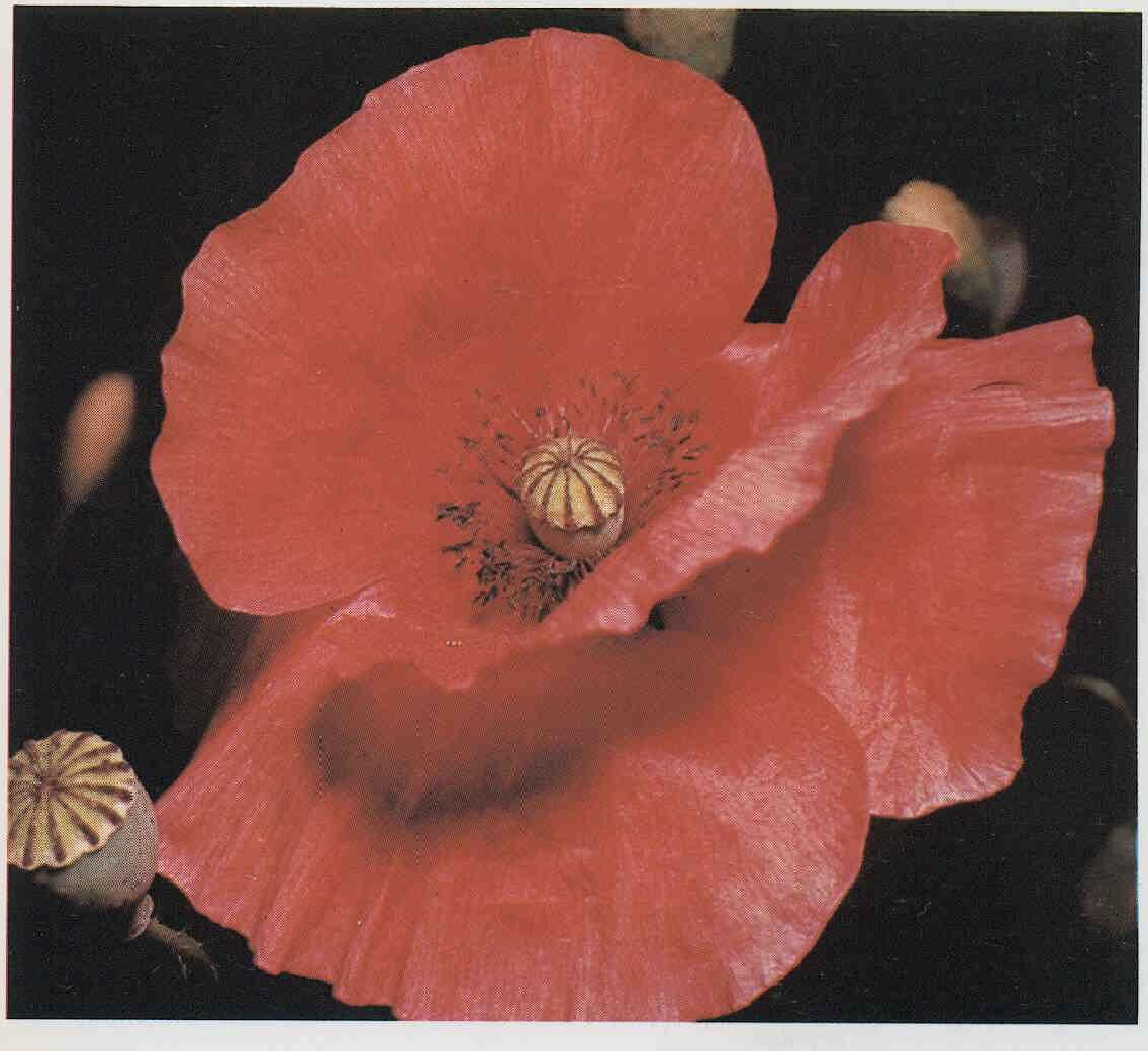
Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta herbácea perenne provista de raíz y tubérculos, de hasta 70 cm de altura. Tallo erecto, liso, glabro. Las hojas son grandes, lisas, con dos tonalidades de verde y con un corto pecíolo. Las inferiores son opuestas y trilobuladas en la extremidad; las superiores se disponen de forma casi imbricada. Toda la planta produce una única flor, grande, con seis sépalos, abundantes pétalos de color rojo, rosa o blancos, y un número muy elevado de estambres. El fruto está rodeado por el cáliz endurecido. Las semillas son escasas, aplastadas, algo redondeadas, primero rojizas y después oscuras, brillantes. Crece espontánea en el sotobosque de montaña. Se cultiva intensivamente como planta ornamental. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Pétalos, semillas, raíces.
Compuestos químicos Peonina, glucósido, aceite, tanino, resina, azúcares, ácidos orgánicos.
Propiedades Antiespasmódica, sedante.
Modo de empleo Infusión, tintura, zumo.
Nota A elevadas dosis puede resultar tóxica. Los preparados de peonía poseen una eficaz acción calmente en los casos de pertosis y en todo tipo de irritación del sistema nervioso. Se preparan asimismo supositorios calmantes de los espasmos anales e intestinales. Las semillas contienen una elevada proporción de aceite.

219 AMAPOLA

(Cat.: *rosella;* eusk.: *lo-belar*)
Papaver rhoeas

Familia Papaveráceas.
Descripción Planta anual, herbácea, con raíz axonomorfa y numerosas radículas, de 40 a 70 cm de altura. Tallo cilíndrico con canales latíferos, tomentoso, que arranca del centro de una roseta de hojas basales lanceoladas, bipinnatosectas con incisiones irregulares de color verde, a veces algo oscuro. Las hojas superiores son sésiles con la unión al tallo muy larga, aunque no amplexicaule. Al igual que el tallo, las hojas también son tomentosas. Flores solitarias dispuestas en la extremidad de un largo pedúnculo que parte de la axila de las hojas. Presenta dos sépalos caducos y cuatro pétalos muy anchos en relación a la altura, de color rojo característico, algo más oscuros en la base, con abundantes estambres negruzcos. El fruto es una cápsula ovoidal cubierta por un involucro en forma de campana, que contiene numerosas semillas de color negro. Crece por doquier, aunque prefiere los campos de cereales, donde se desarrolla como infestante. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Los pétalos, que deben desecarse rápidamente a la sombra.
Compuestos químicos Readina, mucílagos, colorantes.
Propiedades Béquica, somnífera, sedante, emoliente.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Las jóvenes plantas, antes de la floración del capullo floral, se utilizan en las ensaladas, solas o bien junto con otras verduras selváticas. Los pétalos proporcionan una sustancia colorante roja para las preparaciones con base acuosa. Los frutos deben tratarse con prevención, dado su elevado contenido en alcaloides, aunque pueden tomarse a dosis mínimas como hipnótico.





220

ADORMIDERA

(Cat.: *cascall;* eusk.: *lo-belar*)
Papaver somniferum

Familia Papaveráceas.

Descripción Planta herbácea, con la raíz en forma de huso. El tallo es erguido, poco ramificado, glauco, fistuloso. Las hojas son grandes, dentadas, alternas, onduladas, oblongas. Las caulinares son amplexicaules. Las flores solitarias, grandes, con los pétalos redondeados de color violeta, blanco o rosa. Sépalos en número de dos o tres, caducos; pétalos generalmente en número de cuatro, delicados, con numerosos estambres. El fruto es una cápsula globosa denominada urna, que contiene numerosas semillas en varios compartimientos. Las semillas son reniformes, blancas. La planta puede alcanzar y superar el metro y medio de altura. Procede de Oriente y ha sido ampliamente cultivada. Se recolecta en verano.

Partes utilizadas Los frutos, el látex solidificado (opio).

Compuestos químicos Morfina, codeína, tebaína, papaverina, narcotina, narcotalina, ácidos, cera, enzimas.

Propiedades Narcótica, sedante, eufórica, hipnótica.

Modo de empleo Polvos, jarabe, tintura, extracto, decocción.

Nota Es una especie sumamente venenosa que no debe utilizarse, a fin de evitar las intoxicaciones y dependencia. Su cultivo debe contar con autorización. Está contraindicada en numerosos estados infecciosos y en las coprostasis.

221

PARIETARIA

(Cat.: *parietària;* eusk.: *ormabelarr*)
Parietaria officinalis

Familia Urticáceas.

Descripción Planta herbácea anual, de 50 a 70 cm de altura, con el rizoma alargado del que parten numerosas ramas herbáceas de ligera consistencia. Las hojas son ovales y pecioladas, a veces elípticas, con el ápice terminado en punta de lanza; de color verde oscuro, casi brillante en la lámina superior, mientras que la inferior es casi blanca a causa de la presencia de un abundante tomento. Las flores se reúnen en verticilos en pequeñas cabezuelas compactas de forma esférica, prácticamente carentes de pedúnculo, que contienen las flores masculinas y las femeninas. Los frutos son aquenios que al llegar a la madurez adoptan una forma ovalada y color oscuro. Crece por doquier, desde el litoral a las zonas montañosas, en los lugares más áridos, entre las rocas y, sobre todo, en las proximidades de los muros; de ahí su nombre. Se recolecta generalmente durante el verano, aunque el período vegetativo de la planta sea más largo.

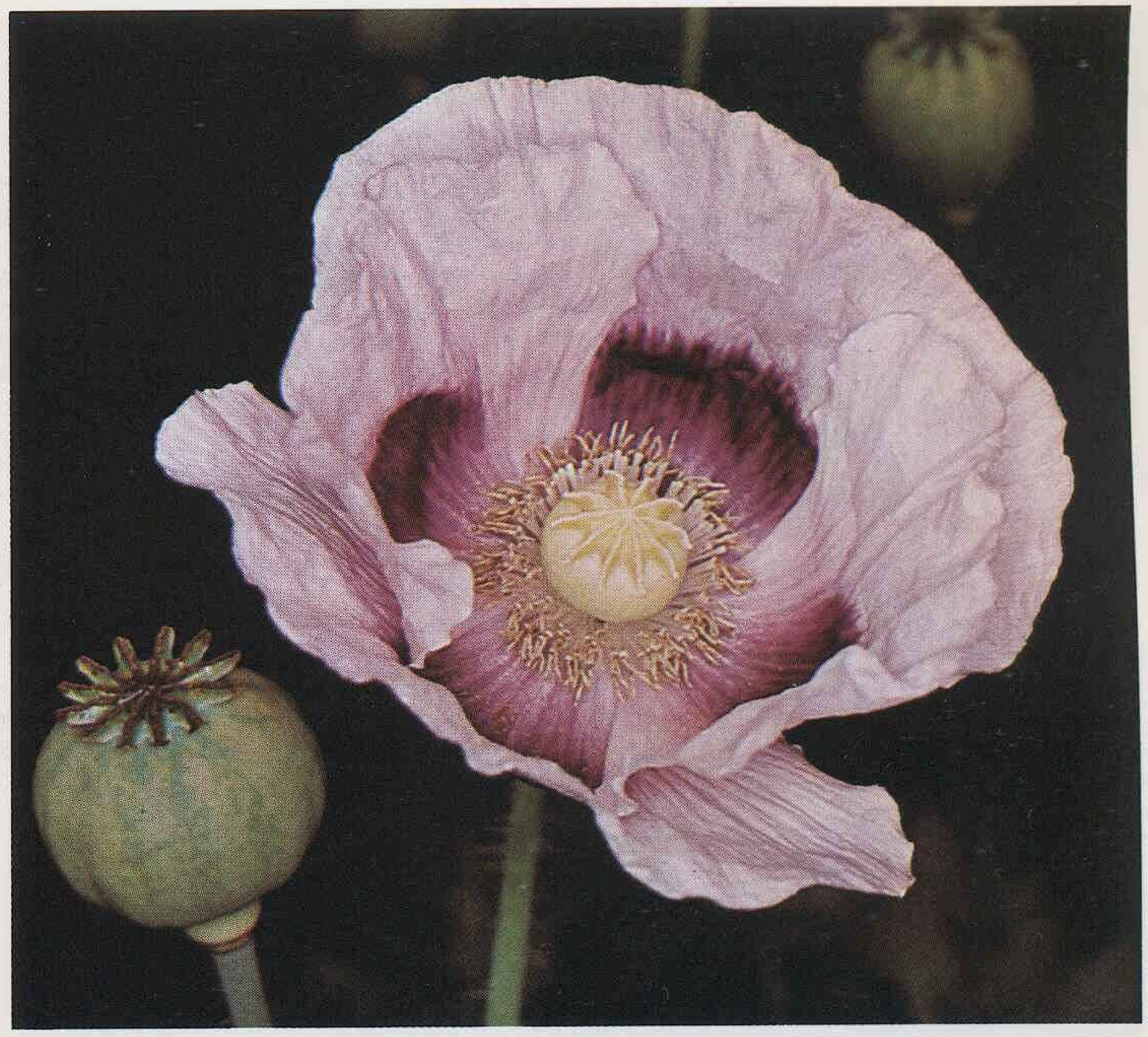
Partes utilizadas La planta entera.

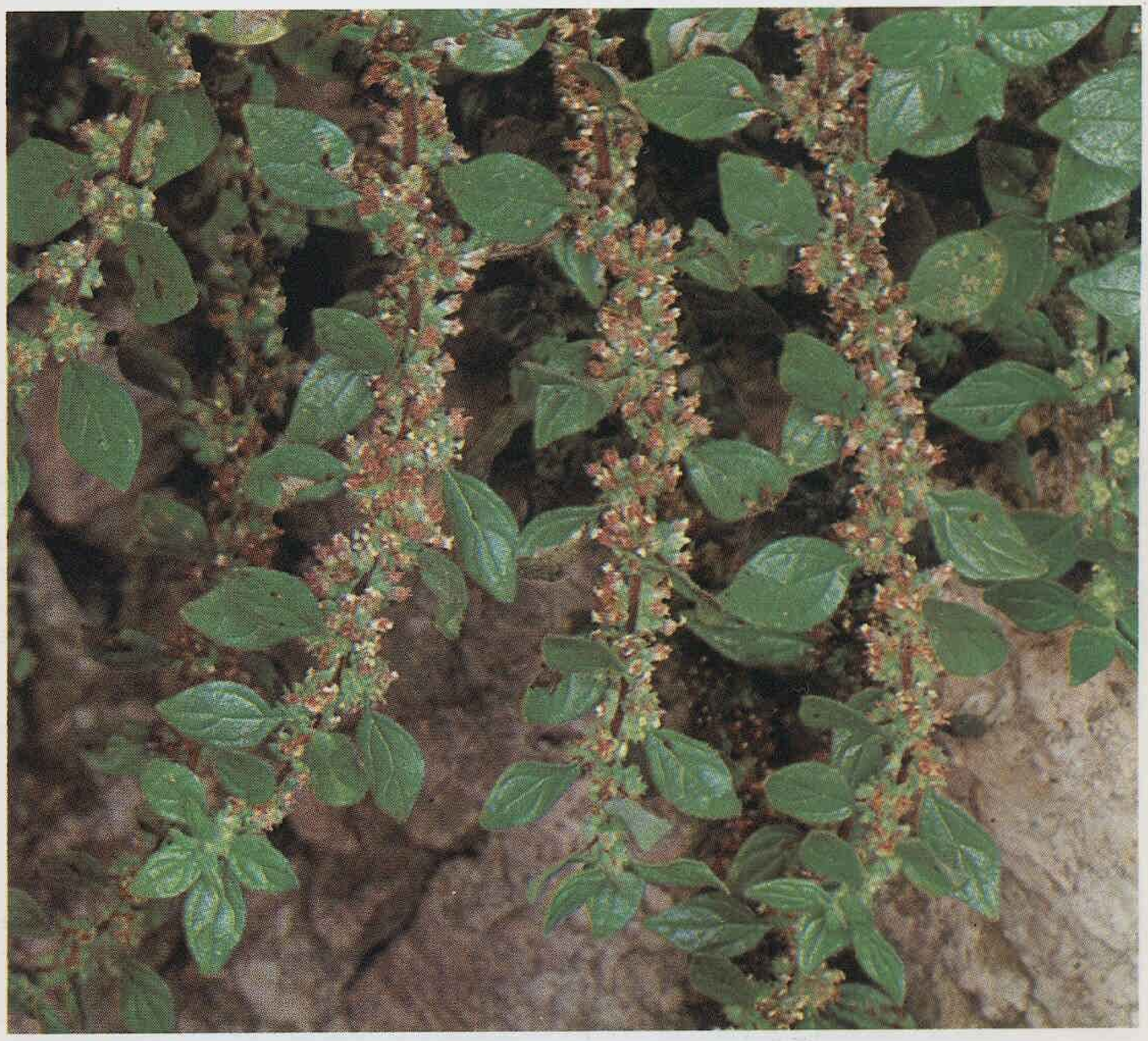
Compuestos químicos Sales de potasio, tanino, sustancias amargas.

Propiedades Diurética, colagoga, vulneraria.

Modo de empleo Extracto fluido, tintura, jarabe, zumo, polvos, cataplasma.

Nota En algunas regiones su nombre vulgar alude a la antigua práctica, hoy abandonada, de pulir con ella los cristales y recipientes de cobre. El polen de esta especie es muy alérgico y activa las fiebres del heno. La planta joven se emplea en ensaladas. La cataplasma a base de hojas aplastadas posee acción lenitiva sobre las quemaduras simples.





222 PARNASIA

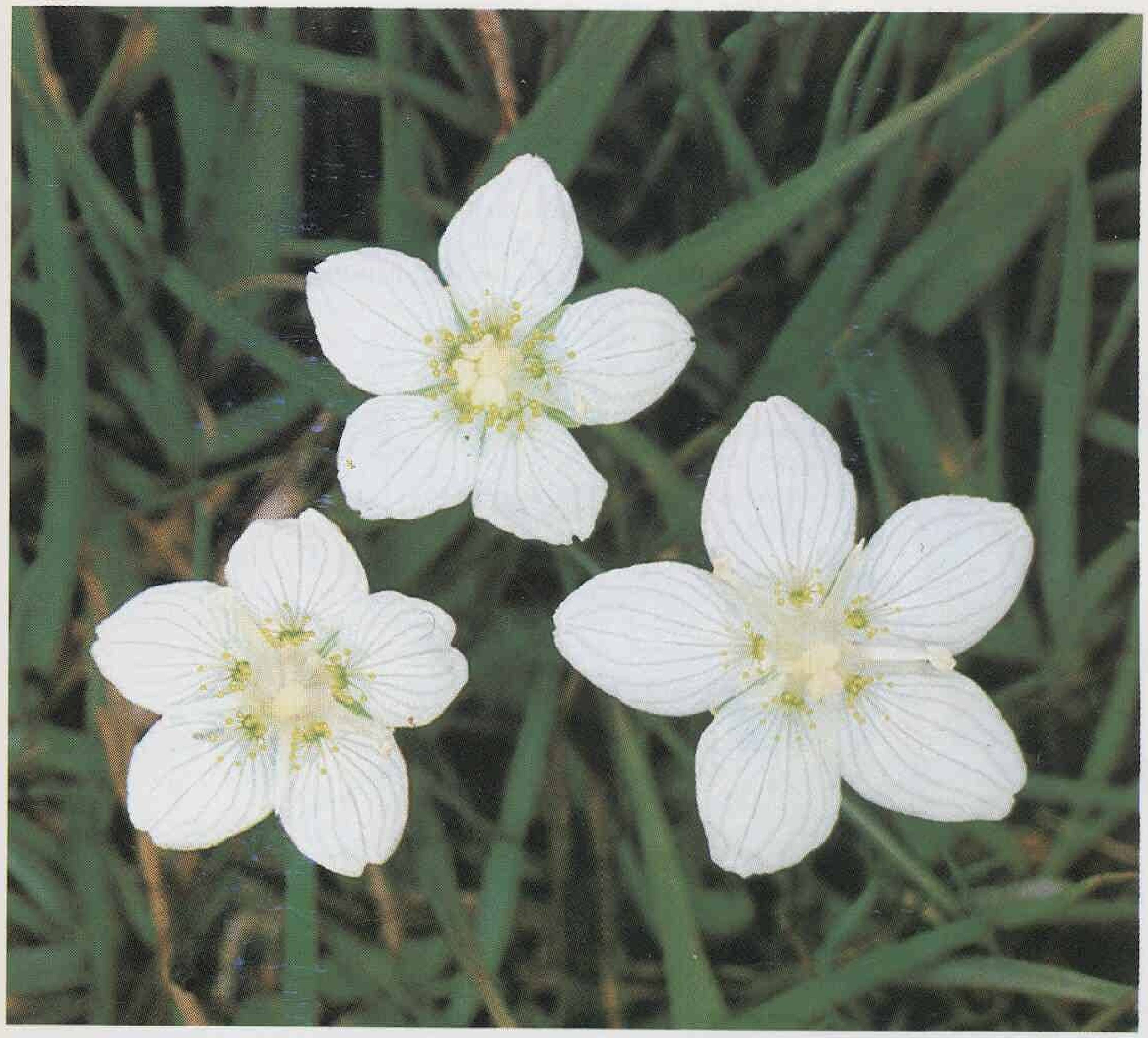
(Cat.: *fetgera blanca*)
Parnassia palustris

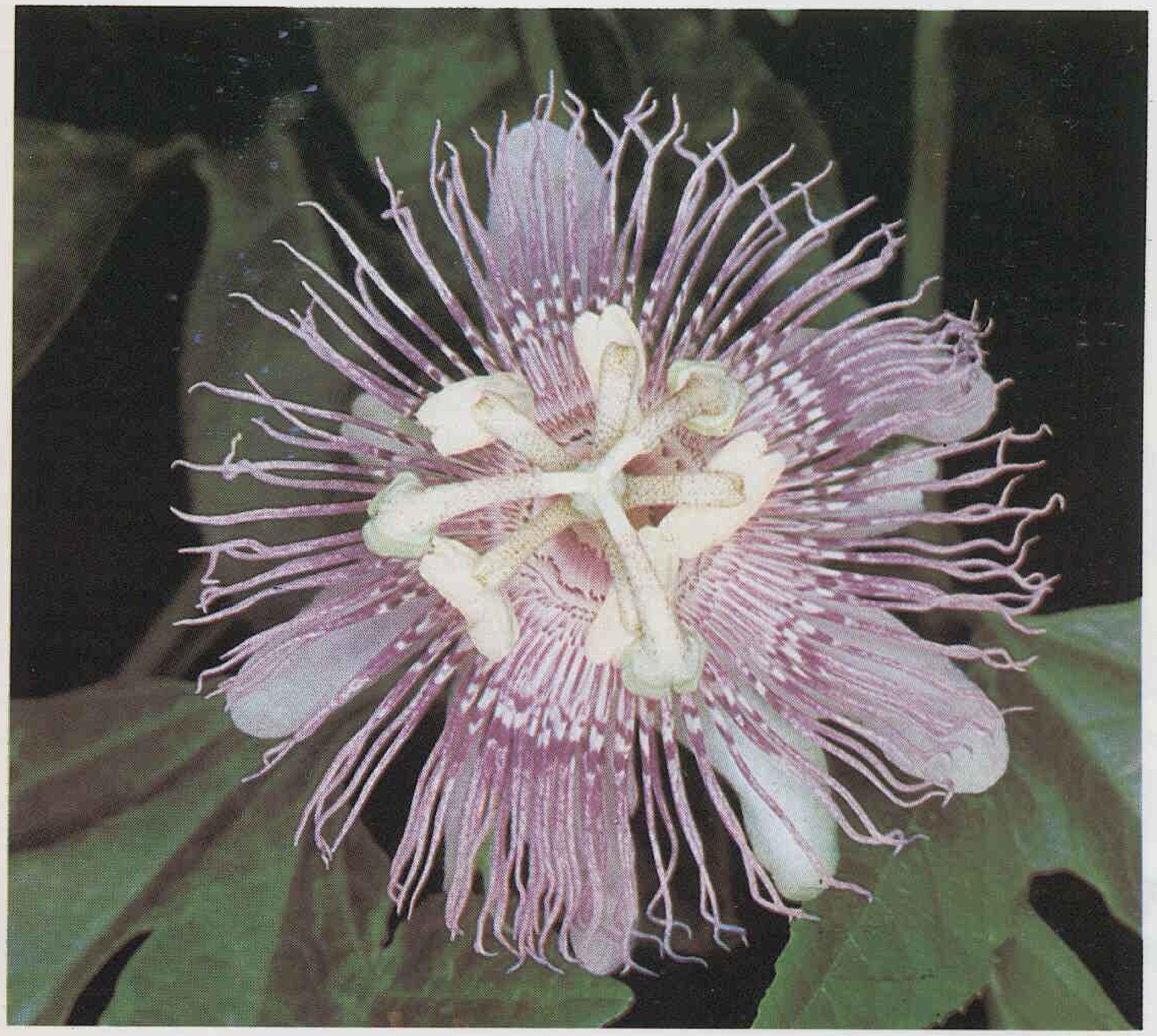
Familia Saxifragáceas.
Descripción Hierba provista de raíz gruesa y abundantes radículas, de la que parte el tallo simple y las hojas dispuestas en roseta, pecioladas, acorazonadas, enteras. El tallo sostiene una hoja amplexicaule y en el ápice se dispone una flor con el cáliz pentasépalo y la corola pentapétala, de color blanco, con veteados verde claro. El fruto es una cápsula elipsoidal portadora de las semillas. Se cría cerca de los cenegales, pantanos y turberas, y se da hasta los 3.000 m de altura. Mide por término medio unos 10 cm. Se recolecta en verano y hasta finales de otoño.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Tanino, resina, sales, mucílagos.
Propiedades Astringente, vulneraria, tónica.
Modo de empleo Infusión, polvos, tintura, agua destilada, cataplasma.
Nota El agua destilada de la parnasia constituye un eficaz colirio astringente. La planta se utiliza en los pueblos alpinos en decocción, como colutorio en las estomatitis, y triturada para las heridas. Posee asimismo una suave acción diurética. Los polvos actúan como aspersivos sobre las heridas.

223

Passiflora incarnata

Familia Pasifloráceas.
Descripción Del latín *flos passionis*, por la semejanza de las flores con los instrumentos de la crucifixión de Cristo. Planta herbácea perenne, a partir de cuyo rizoma parten tallos volubles provistos de zarcillos. Las hojas son alternas, pecioladas, con el limbo palmado lobulado y la superficie de color verde claro, glabra. Las flores se disponen solitarias sobre un largo pedúnculo, provistas de cinco sépalos de color verde claro y cinco pétalos blancos. Los filamentos forman una corona de color violeta y los estambres y estigmas, muy aparentes, adoptan el aspecto de un martillo. El fruto es una baya oval, amarilla, de pulpa blanquecina, que contiene semillas rugosas, escasas, con un revestimiento perfumado. Sólo muy ocasionalmente se encuentra en estado espontáneo, y es frecuente cultivada por la belleza de sus flores. Esta especie es originaria de Virginia y prefiere los climas benignos. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Ácido prúsico, fitosteroles, calcio, azúcares, alcaloides.
Propiedades Sedante, antispasmódica, hipnótica.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, jarabe, píldoras.
Nota La planta es incompatible con el agua oxigenada. Los frutos, comestibles sirven para preparar bebidas refrescantes. Esta especie puede emplearse desde la más tierna infancia sin ocasionar fenómenos depresivos. En aplicación externa se utiliza en cataplasmas locales en las escoceduras e irritaciones.





224

Petasites albus

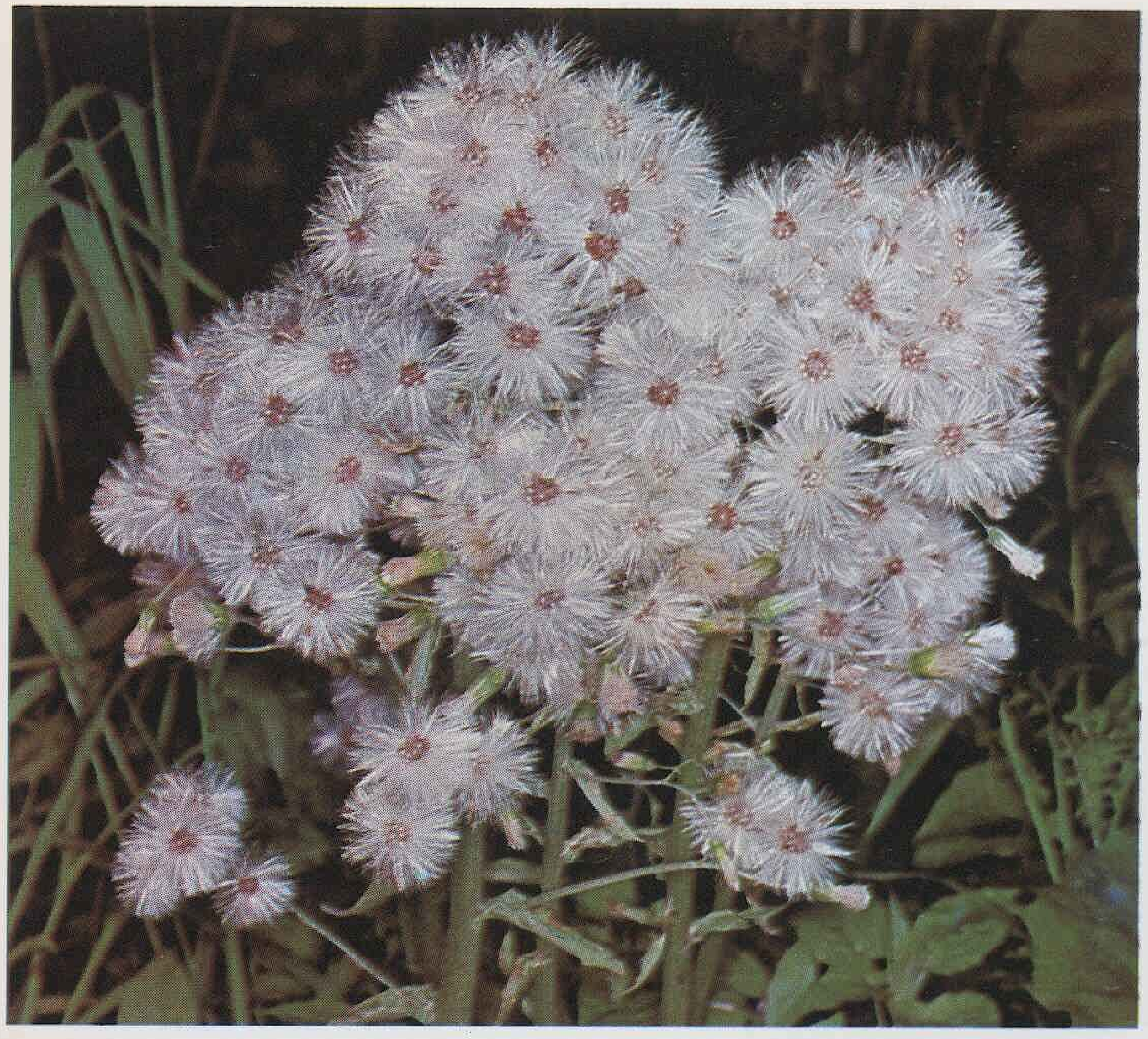
Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea rizomatosa, con el tallo circular, cubierto de escamas foliares. Las hojas son reniformes, redondas, con la cara inferior tomentosa, blanquecina, en tela de araña, con dientes desiguales. Las radicales presentan una vaina amplexicaule. Flores blancoamarillentas dispuestas en espiga apical. El fruto es un aquenio provisto de vilano. Esta especie es muy frecuente junto a los ríos y zonas húmedas, tanto de la llanura como de los primeros pisos montanos. Se recolecta en marzo.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Tanino, sustancia amarga, inulina, colina, sales, fenol.
Propiedades Emenagoga, vulneraria, sedante, hipnótica.
Modo de empleo Decocción, tintura, extracto fluido, polvos.
Nota Las hojas de esta planta la utilizaban como sombrero los antiguos romeros. Las hojas, al igual que las del tusílago, son específicas contra la tos al tomarse en infusión. Los pecíolos carnosos pueden comerse una vez cocidos a modo de espárragos. El rizoma triturado y aplicado desarrolla acción cicatrizante y detergente, dado el contenido de tanino y fenol, sobre llagas y heridas supurantes. Se utiliza ampliamente en medicina homeopática.

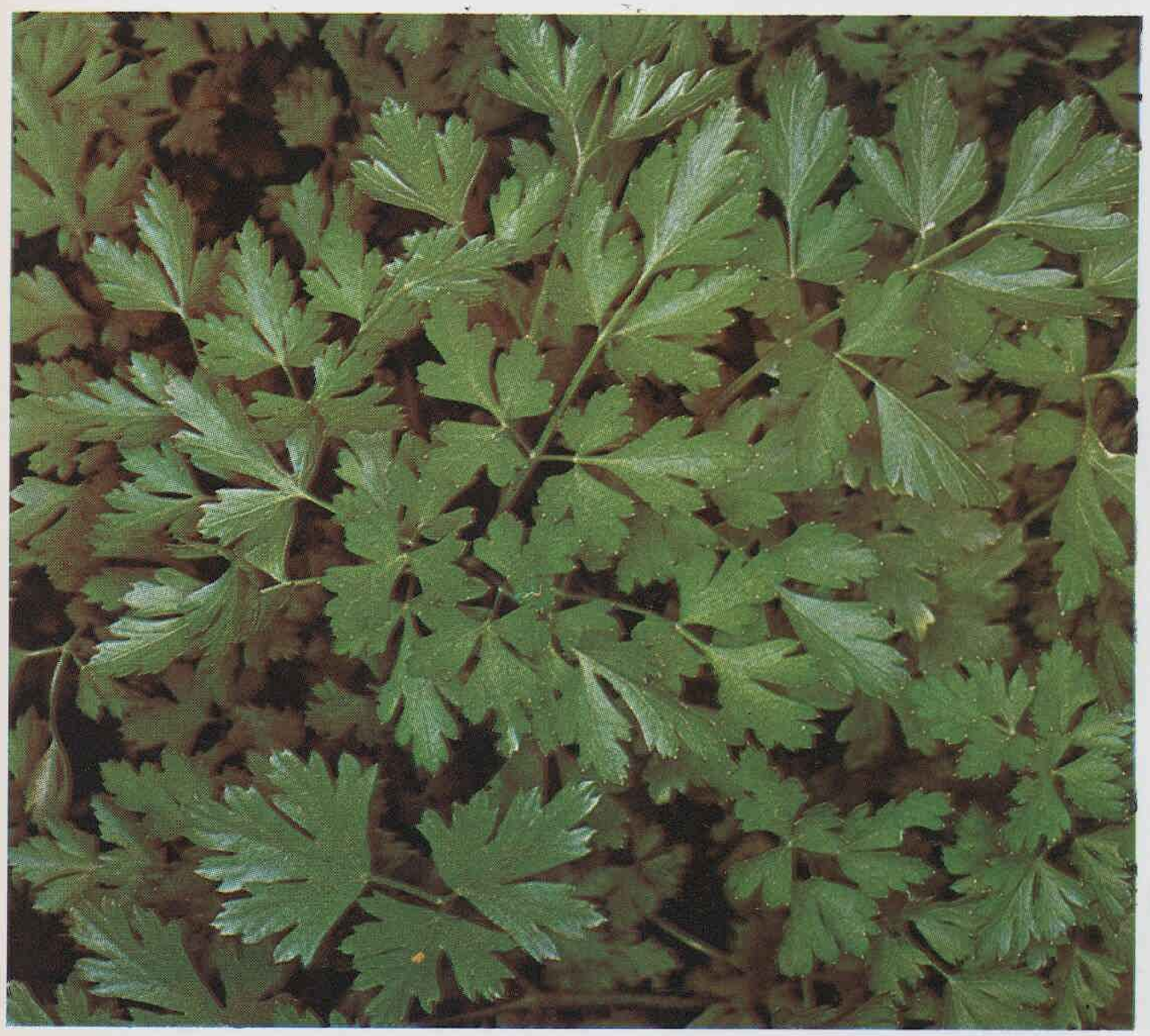
---

225 PEREJIL

(Cat.: *julivert;* eusk.: *perresil*)
Petroselinum hortense

Familia Umbelíferas.
Descripción Plántula frágil, con raíz axonomorfa blanca y tallo cilíndrico estriado, ramificado. Las hojas son bi-tripennatosectas, con lóbulos ovales más o menos estrechos según sean de disposición basal o apical, margen dentado o inciso. Las flores se reúnen en umbelas, formadas por varios radios que a su vez llevan umbelas menores, poseen cáliz entero, corola pentapétala blanca y ápice del pétalo curvado hacia dentro. El fruto es un diaquenio con costillas. Se cría espontáneo, aunque es rarísimo, y en cambio es muy común cultivado en huertos. Puede alcanzar una altura de 20 cm y más. Se recolecta desde la primavera al otoño.
Partes utilizadas La planta entera, la raíz.
Compuestos químicos Esencia, apiina, mucílagos, vitaminas.
Propiedades Diurético, eupéptico, galactófugo, estomacal.
Modo de empleo Infusión, zumo, agua destilada, jarabe, cataplasma.
Nota La planta contiene esencia en proporción media del 0,1 % en las hojas y el 6 % en los frutos. Es verdosa, con una densidad de 0,95, y esta formada por pineno y apiol. Las hojas se utilizan ampliamente como condimento. Restregadas contra las picaduras de insectos, calman el dolor. Si se mantienen unos días en el pecho de las lactantes, bloquean la producción de leche. Por lo tanto, el perejil no debe ser utilizado por las gestantes, ya que puede provocar abortos. El zumo aleja los mosquitos. Debe prestarse atención a su recolección para que no se confunda con la terrible cicuta, que en fase juvenil es prácticamente igual.





226 IMPERATORIA

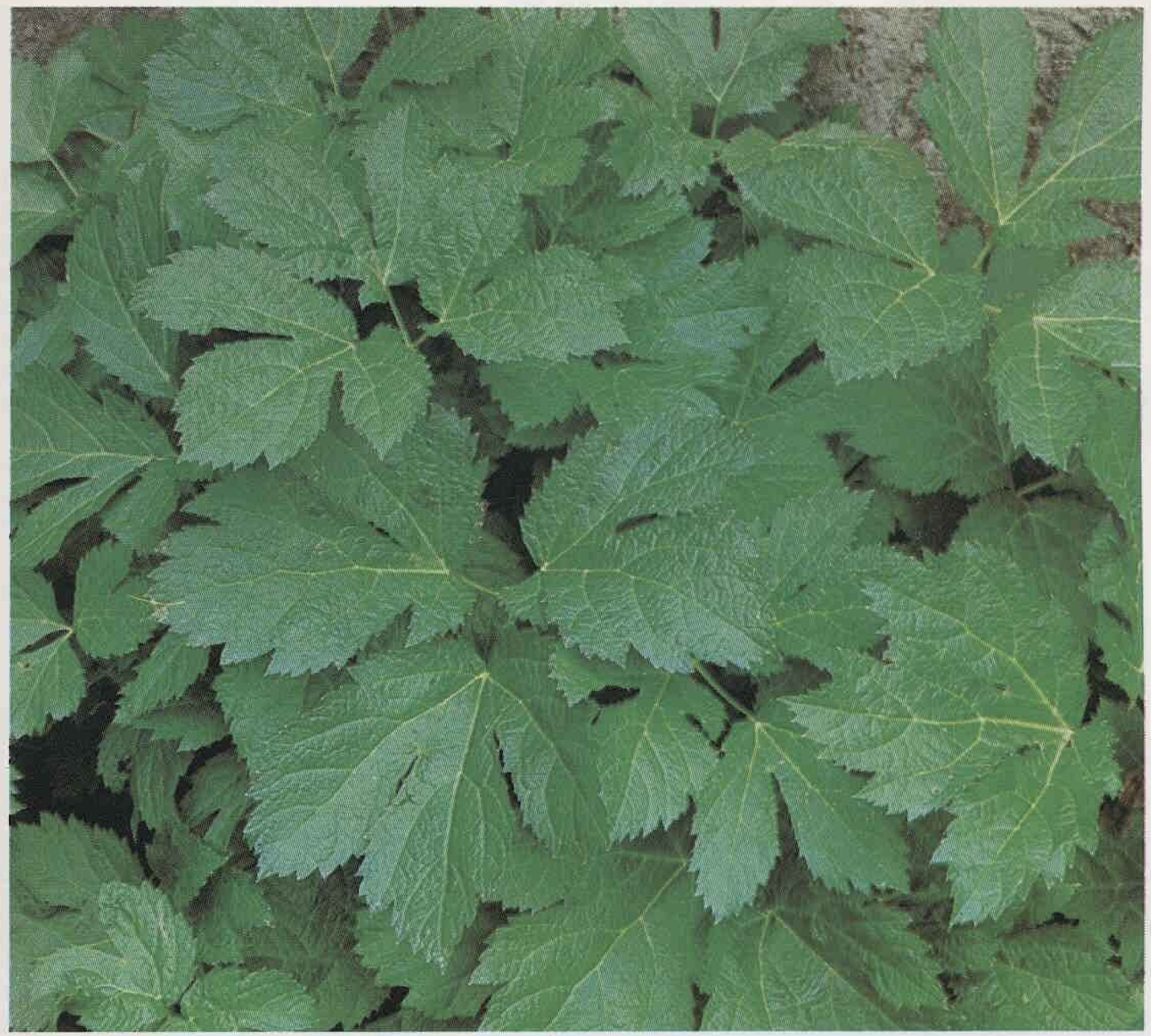
(Cat.: *imperatòria;* eusk.: *parisol*)
Peucedanum ostruthium

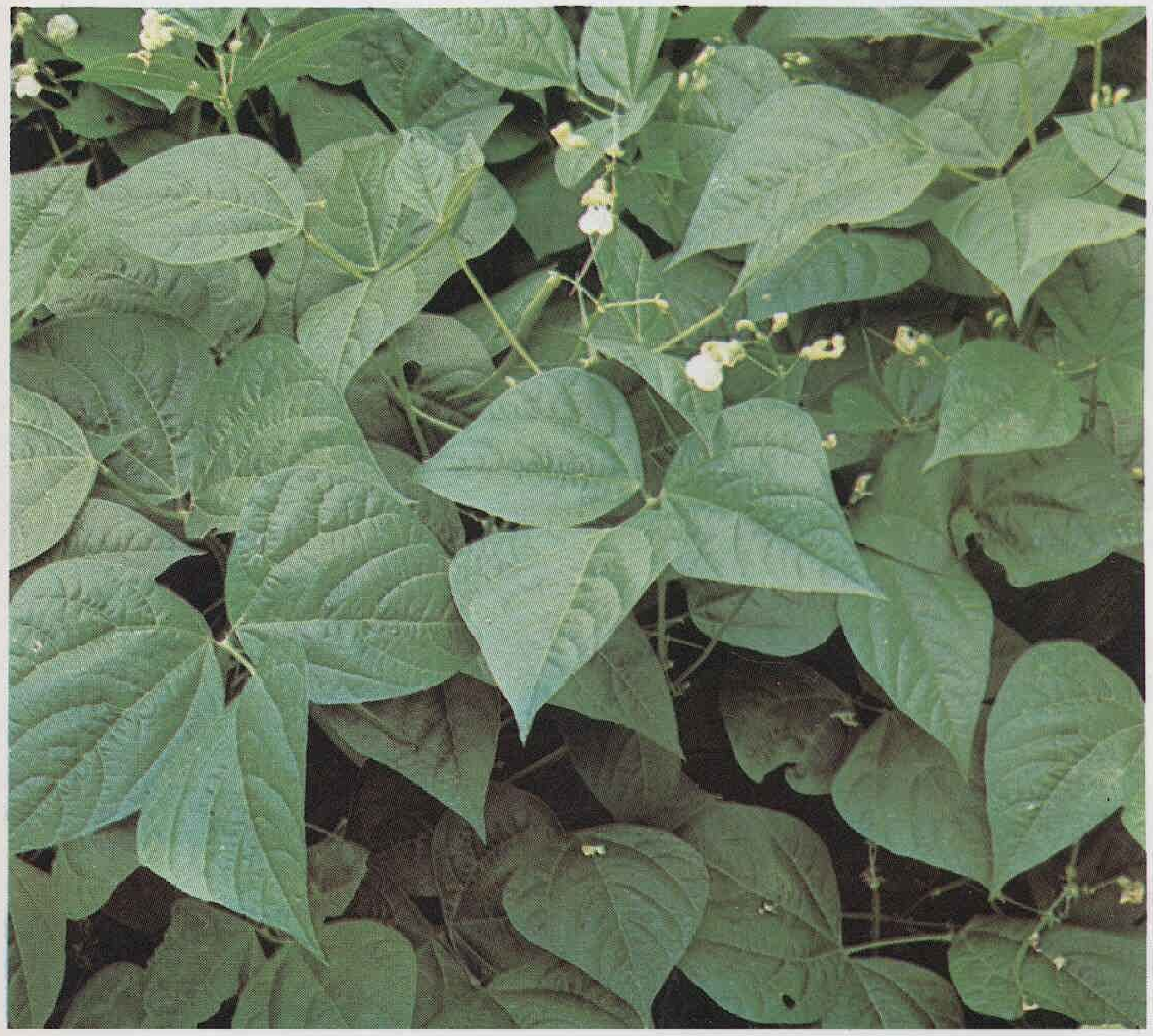
Familia Umbelíferas.
Descripción Planta provista de rizoma negruzco, grande, tallo erecto, simple o ramificado, finamente acanalado, fistuloso, pubescente. Las hojas son alternas y pecioladas, compuestas por tres folíolos gruesos, divididos en otros folíolos enteros, oblongos, a veces dentados. Las hojas del tallo poseen un pecíolo amplexicaule. Las flores se disponen en umbela compuesta de 30-40 radios. Cáliz pentadentado, corola pentapétala, blanca o rosada, con lacinias. El fruto es un diaquenio oval con la superficie con costillas y alado. Mide más de un metro. Común en los bosques, junto a los ríos, torrentes de montaña y prados húmedos. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Imperatorina, ostrutina, ortol, emetina, ostrutol, esencia, tanino, almidón.
Propiedades Aromática, amarga, estomacal, expectorante, diaforética, digestiva.
Modo de empleo Decocción, tintura, enolito, esencia, polvos, extracto fluido.
Nota De la imperatoria se obtiene una esencia compuesta de pineno, limoneno, felandreno y éteres. Muy aromática, se utiliza en la preparación de diversos licores. Las raíces fermentadas proporcionan una bebida particularmente apreciada. La esencia tiene acción eufórica y odontálgica. En aplicación externa se usa contra las irritaciones de la dermis. Es muy adecuada para el tratamiento de los casos de inapetencia y en los cólicos ventosos producidos por fermentaciones anormales. La infusión es adecuada para las hemicranias.

227 JUDÍA

(Cat.: *mongetera;* eusk.: *baba*)
Phaseolus vulgaris

Familia Papilionáceas.
Descripción Planta anual con raíz en forma de huso, de la que parten tubérculos radicales. El tallo es delgado, rastrero, en parte trepador. Las hojas están provistas de un largo pecíolo de color verde formado por tres folíolos a su vez peciolados: los dos laterales son ovales y puntiagudos, mientras que el central es mayor. La inflorescencia es un racimo que contiene un número reducido de flores de cáliz tubular, pentadentado. La corola es pentapétala, de color blanco o lila. El fruto es una legumbre que mide de 5 a 10 cm, que encierra las semillas de forma distinta aunque, en general, reniformes. Esta especie procede de América del Sur y actualmente está difundida por todo el mundo. Es objeto de un intenso cultivo. Muy rara en estado espontáneo. Se recolecta a mediados de verano.
Partes utilizadas Las legumbres.
Compuestos químicos Alontoína, azúcares, leucina, tirosina, arginina, inositol.
Propiedades Hipotensiva, vitaminizante, diurética, hipoglucemizante.
Modo de empleo Infusión, polvos, cataplasma.
Nota Las legumbres de la judía tienen una probada acción antidiabética tanto en infusión como en polvos. Las semillas tostadas constituyen un sucedáneo del café con elevado poder nutritivo. La harina de las semillas se ha utilizado como aspersoria en las dermatosis húmedas. El agua de cocción de las judías es ideal para revivir los tejidos de lana, y sana las úlceras.

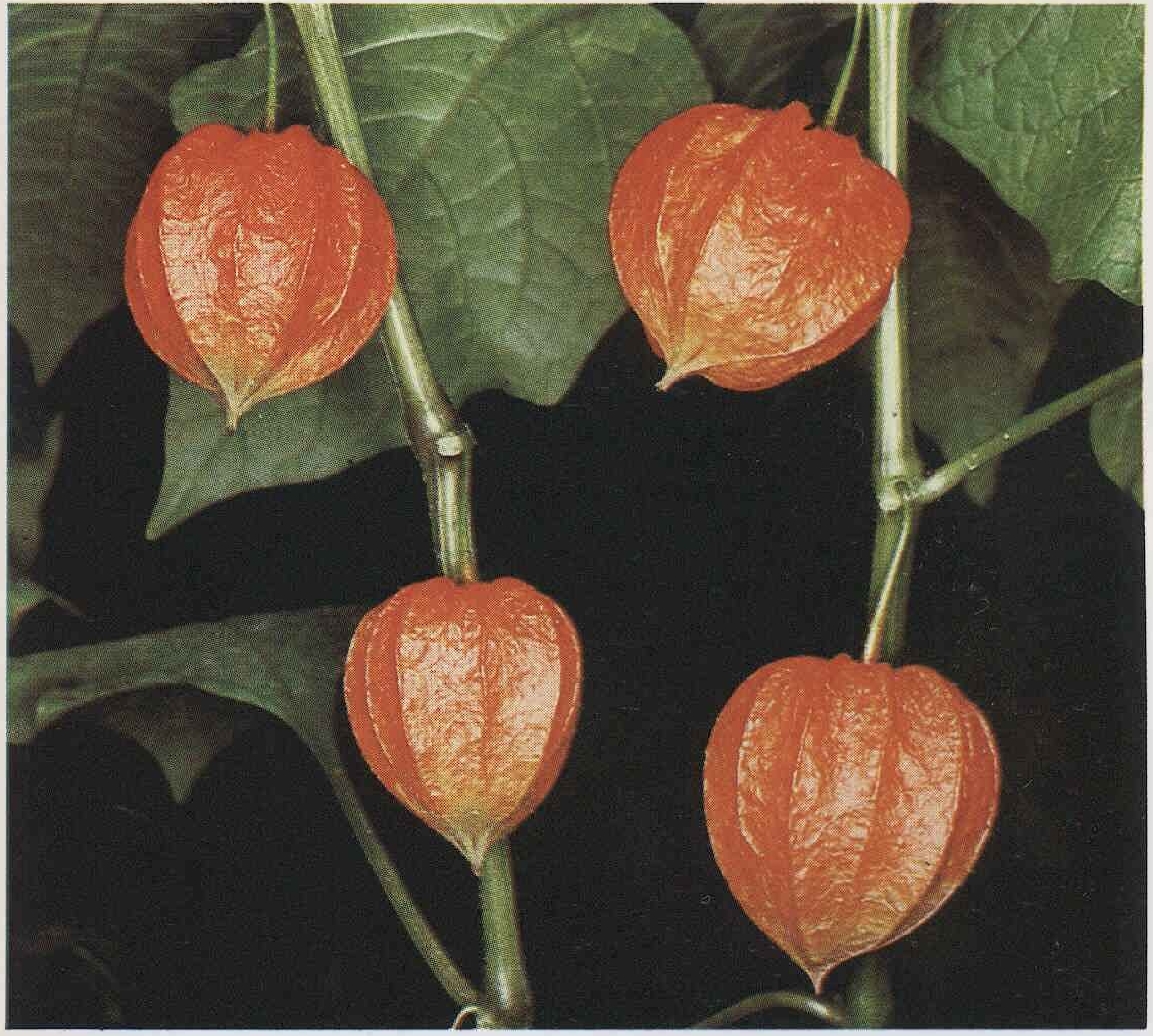




228 ALQUEQUENJE

(Cat.: *alquequengi;* eusk.: *txauruzte*)
Physalis alkekengi

Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea con rizoma repente y abundantes radículas. El tallo es erecto y simple, cilíndrico, esponjoso. Las hojas son alternas, pecioladas, ovales o romboidales, con el ápice agudo, irregularmente sinuadas. La lámina es glabra. Las flores son pedunculadas y se insertan en la axila de las hojas; el cáliz es pentalobulado, lo mismo que la corola, de color blanco. El cáliz se desarrolla en un involucro globoso de color rojo anaranjado. El fruto es una baya encerrada en el cáliz, de color rojo, que contiene numerosas semillas amarillas sumergidas en un líquido acuoso. Crece espontáneo entre los setos, a lo largo de los senderos húmedos, del llano a la montaña. Puede alcanzar 80 cm. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Frutos.
Compuestos químicos Fisalina, tanino, ácido cítrico, ácido málico, criptoxantina, vitamina C.
Propiedades Diurético, litóntrico, antiuricémico.
Modo de empleo Jugo, infusión, extracto fluido, enolito, tintura, jarabe.
Nota Además de presentar propiedades medicinales, las bayas son una excelente verdura para consumir en ensalada o conservar en vinagre. La variedad con bayas amarillas, menos acídulas, se utiliza en pastelería, los frutos se recubren de chocolate. No deben utilizarse otras partes de la planta, puesto que se corre el peligro de incurrir en graves intoxicaciones.

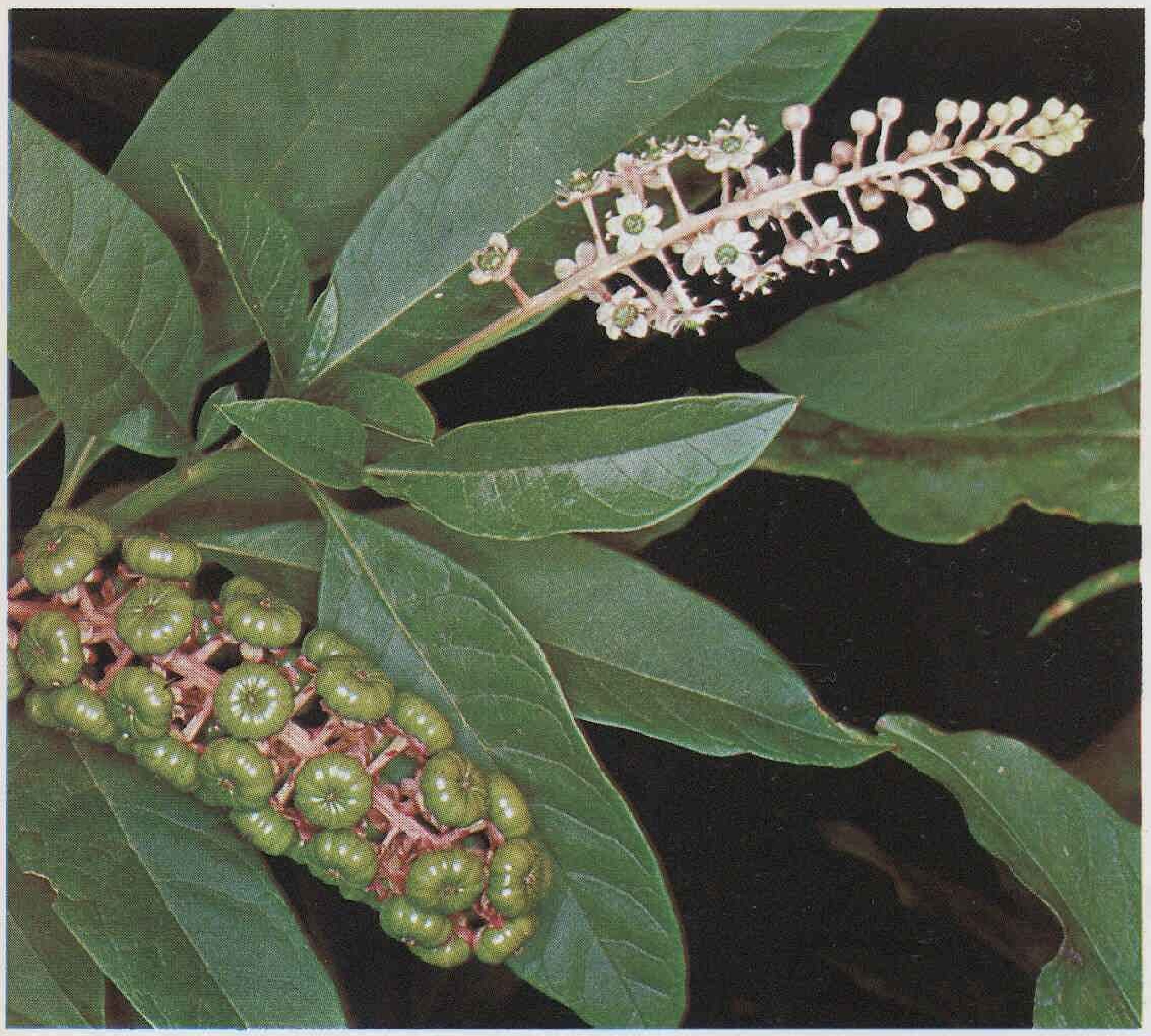


---

229 HIERBA CARMÍN

(Cat.: *raïm de moro*)
Phytolacca decandra

Familia Fitoláceas.
Descripción Planta herbácea que alcanza hasta 3 m, con rizoma grueso y axonomorfo. El tallo es liso y simple en su tramo inferior, y después se divide dicotómicamente. Las hojas, alternas, disponen de un pecíolo muy corto, son desarrolladas, con la base y el ápice agudos, lámina superior de color verde e inferior más opaca, con nerviaciones rojizas. Las flores disponen de un breve pedúnculo, bráctea y bracteola, carecen de pétalos, con cinco tépalos ovoidales, de color blanco verdoso. El fruto es una baya carnosa, oscura, en cuya superficie destacan ocho-diez costillas que corresponden a los carpelos. Procede de América del Sur y actualmente crece espontánea en los setos y lugares baldíos frescos. Se recolecta a finales de primavera.
Partes utilizadas Las aéreas.
Compuestos químicos Saponina, ramnósido, fitolacina, resina, mucílagos, pectina.
Propiedades Emética, purgante, depurativa.
Modo de empleo Infusión.
Nota Los jóvenes brotes se utilizan a modo de espárragos. El zumo de las bayas se emplea como colorante en vinos y licores, después de su depuración. Las hojas jóvenes son comestibles y remineralizantes. Debido a su alto contenido en saponina, se desaconseja el uso continuado de la planta de modo interno: puede producir envenenamientos, con fuertes diarreas, si no se realiza el tratamiento bajo control médico.



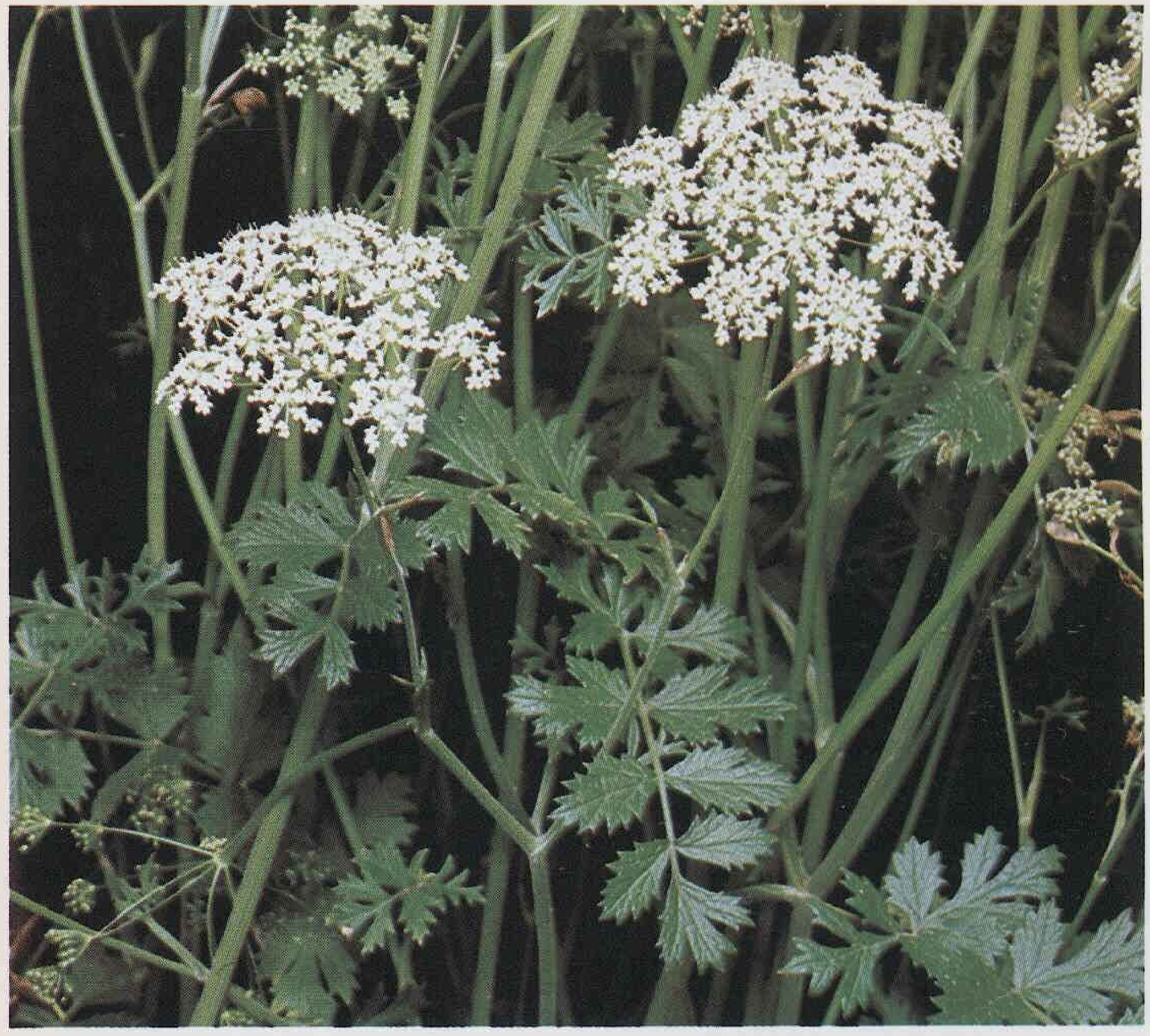
230 PIMPINELA BLANCA
(Cat.: *pimpinella*)
Pimpinella saxifraga

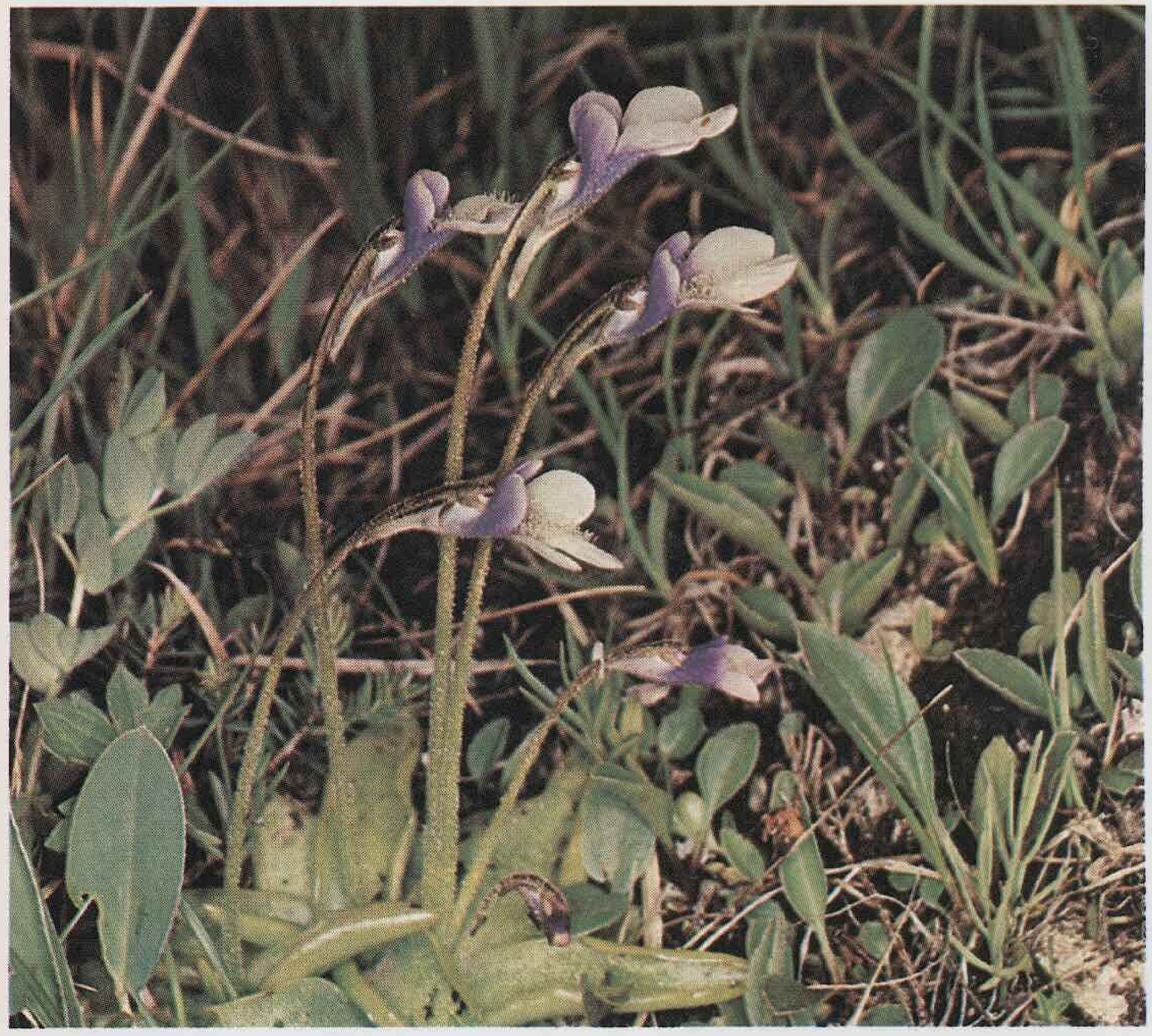
Familia Umbelíferas.
Descripción Hierba provista de raíz fibrosa axonomorfa y tallo estriado, erguido, frágil. Las hojas son pinnadas, obtusas, dentadas o pinnatosectas. Las flores se agrupan en umbelas apicales con más de diez radios pentapétalos y estambres que rebasan la longitud de la corola. El fruto, ovalado, es estriado y aplastado. Muy común en los campos, entre los escombros, a lo largo de los senderos desde el llano hasta las colinas. El tallo alcanza una altura aproximada de un metro. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Pimpinelina, sales, esencia, pectina, tanino.
Propiedades Emenagoga, colagoga, diurética.
Modo de empleo Decocción, polvos, tintura, extracto fluido, jarabe.
Nota El nombre procede de la observación de que la raíz logra infiltrarse entre las fisuras de las piedras y ha hecho pensar que posee capacidad de solubilizar los carbonatos (*saxafrango,* romper las piedras). Por ello se utilizó como litóntrica. No obstante, resulta útil en los casos de insuficiencia hepática y, en aplicación externa, en lociones sobre la piel envejecida. Usada asiduamente, la tintura, es aconsejable en los casos de inapetencia. El agua destilada se emplea como colirio. Las hojas jóvenes se mezclan en las ensaladas como aromatizante, por su gusto parecido al del perejil.

---

231 GRASILLA
(Cat.: *viola d'aigua;* eusk.: *moko-bedarr*)
Pinguicula vulgaris

Familia Lentibulariáceas.
Descripción Hierba provista de una raíz fibrosa corta. Las hojas, basales y dispuestas en rosetas, son ovadooblongas, sésiles, carnosas, con el limbo arrollado, viscosas, capaces de digerir pequeños insectos. Las flores las sostiene un largo pedúnculo frágil, poseen espuela y son bilabiadas, de color azul violáceo. El fruto es una cápsula elipsoidal que contiene numerosas semillas elípticas rugosas. Es bastante común en casi todos los lugares encharcados, turberas, pantanos, rocas húmedas. El pedúnculo alcanza por término medio una altura de 10 cm. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, ácido benzoico, ácido valeriánico, goma, enzima.
Propiedades Tosífuga, antispasmódica, broncosedante.
Modo de empleo Jugo, extracto fluido, infusión.
Nota La planta posee una acción sobre la pertosis parecida a la de la drosera, y puede utilizarse en su lugar. Su enzima es proteolítico. Las hojas aplicadas externamente en forma de cataplasma tienen acción vulneraria. A partir de las hojas se obtienen una sustancia colorante y un cuajo vegetal de la leche.





232

Pinus mughus

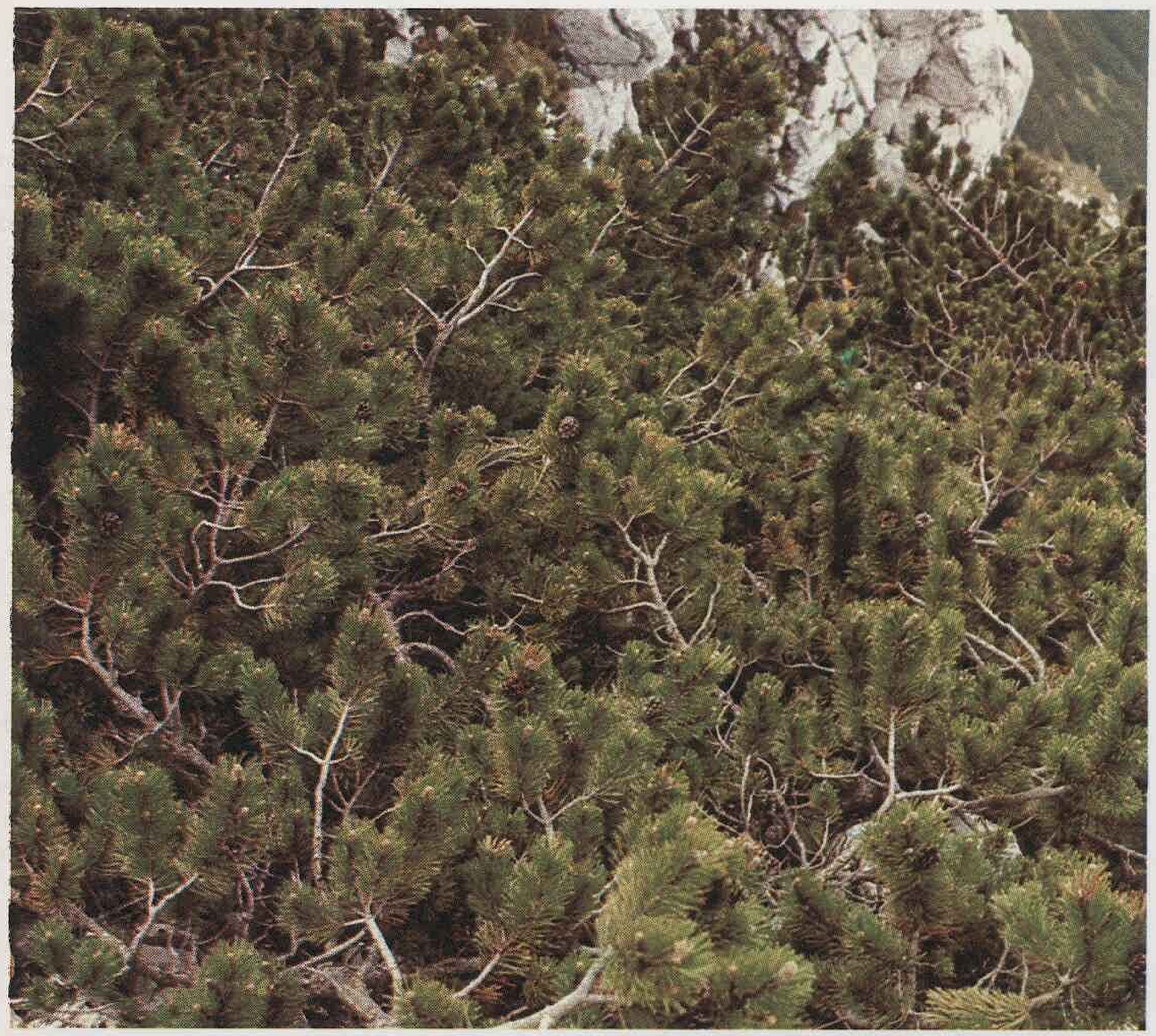
Familia Pináceas.
Descripción Arbusto, en ocasiones de porte arbóreo, con abundantes ramificaciones, primero horizontales y después erguidas. El tallo es retorcido, y las hojas lineales, dispuestas a pares, perennes, rígidas. Las flores masculinas son amentos que producen el polen mientras que las femeninas son conos sésiles, de color pardo, a menudo resinosos. Las semillas tienen forma oval y ala membranosa. Es común en las laderas de los montes por encima de los 1.000 m. Se recolecta durante todo el año. Puede alcanzar hasta 3 m.
Partes utilizadas Ramitas apicales.
Compuestos químicos Aceite esencial, ácido gálico, resinas, ácido tánico.
Propiedades Balsámica, expectorante, broncosedante, antiasmática, cardiotónica.
Modo de empleo Infusión, jarabe, esencia, enolito.
Nota A partir de la destilación de las hojas, se obtiene, con gran rendimiento, una esencia compuesta por pineno, felandreno, acetato de bornilo, dipenteno, etc. Este aceite interviene en todas las composiciones farmacéuticas balsámicas, dada la acción antiséptica y expectorante que desarrolla. Esta misma esencia forma parte de perfumes particularmente agradables. Parece que dicha esencia desarrolla una acción semejante a la del digital, pero todavía está en estudio. Los baños en decocción de las ramas poseen efecto estimulante y purificante. La esencia, que se asimila rápidamente, posee también un efecto diurético marcado. Los conos sirven para aromatizar, en práctica casera, vinos y licores.

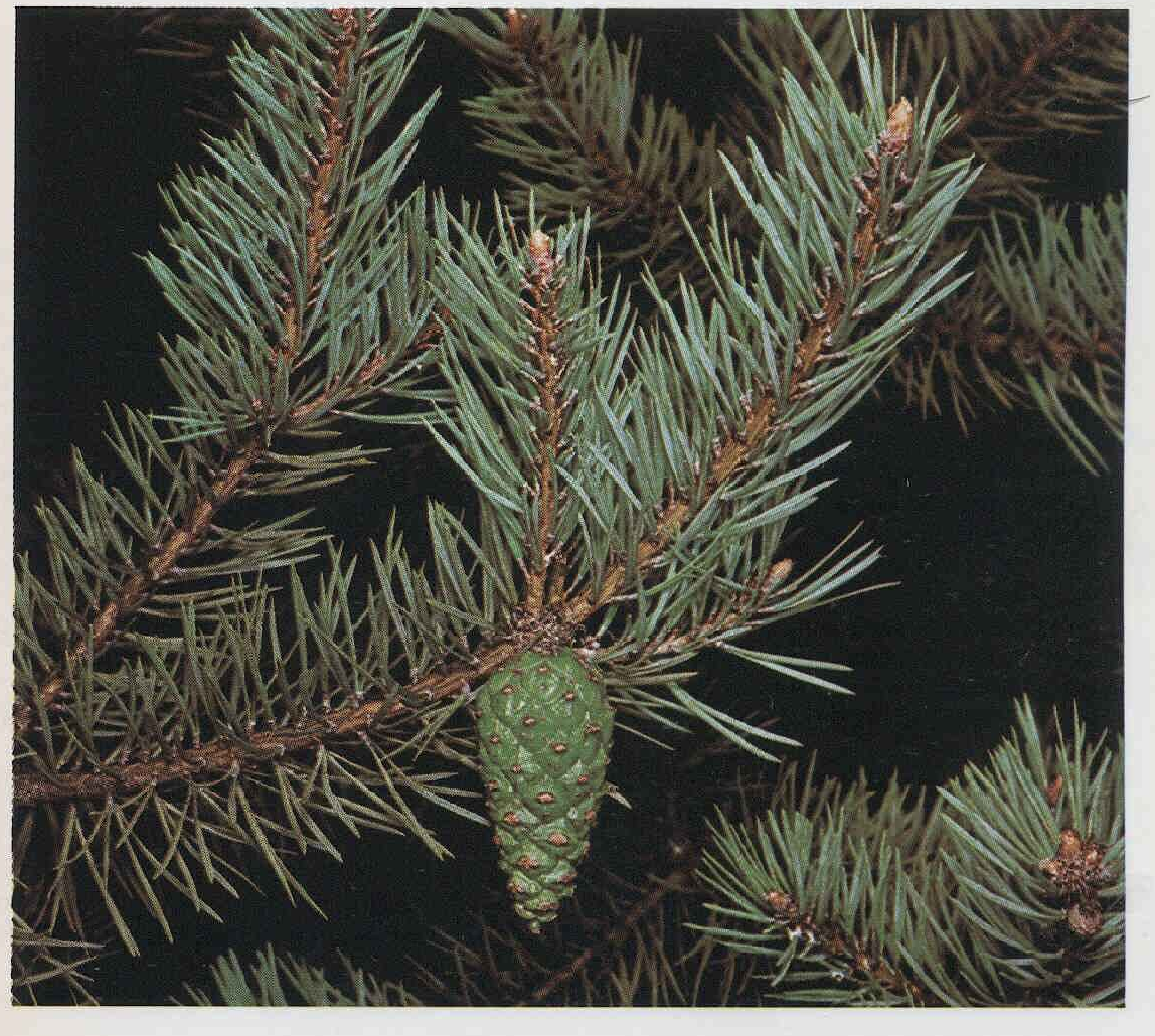
---

233 PINO ALBAR

(Cat.: *pi roig;* eusk.: *ler-zurri*)
Pinus sylvestris

Familia Pináceas.
Descripción Árbol que mide hasta 40 m de altura, con hojas perennes, tronco erguido con copa escasa e irregular, corteza escamosa y abierta. Las hojas, dispuestas a pares sobre las ramificaciones, son aromáticas, aciculares, envainantes, glaucas. Existen flores masculinas y femeninas; las primeras, reunidas en conos en la parte inferior de la rama, poseen abundante polen mientras que las femeninas son conos situados en las partes terminales, aisladamente o en grupo. El fruto es un estróbilo que madura al segundo año y libera las semillas a la siguiente primavera. Abunda en las montañas, formando amplias colonias. También se cultiva y recolecta en verano.
Partes utilizadas Ramitas, yemas, resina.
Compuestos químicos Tanino, resina, ácido primárico, ácido primarínico, pinipicrina, piceína, terpenos.
Propiedades Diurético, balsámico, expectorante, antiséptico.
Modo de empleo Infusión, decocción, extracto fluido, esencia, alquitrán.
Nota A partir de esta especie se obtiene resina de trementina con acción externa revulsiva. A partir de las hojas se obtiene la denominada «lana de bosque» utilizada para la fabricación de almohadillas. La madera es apreciada en los trabajos de ebanistería y, mediante su destilación seca, se obtiene aceite esencial y alquitrán vegetal ampliamente utilizado en las preparaciones contra la calvicie.





234 PLANTA DE LA PIMIENTA

(Cat.: *pebrer*)
Piper nigrum

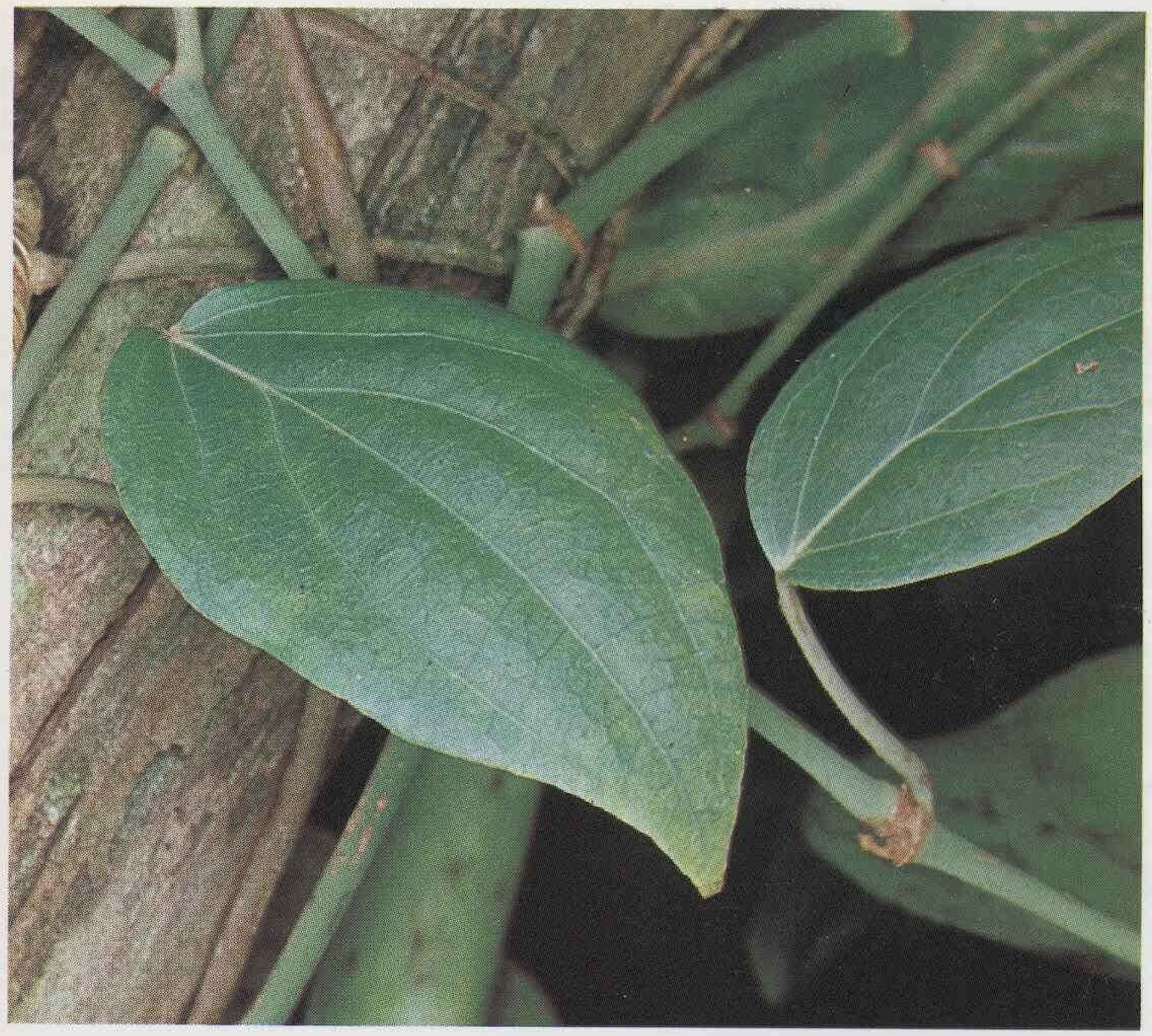
Familia Piperáceas.
Descripción Arbusto lianoso, con tallos que pueden alcanzar los 10 m de longitud, originario de la India, muy cultivado. Los tallos son delgados y trepadores, ligeramente leñosos, portadores de hojas pecioladas, ovales, con la unión peciolar subcircular, ápice agudo, con nerviaciones aparentes. Las flores se disponen en espigas colgantes que nacen en posición opuesta a la hoja. Pueden alcanzar los 10 cm de longitud. Los frutos, sésiles, son bayas casi esféricas primero verdes y después rojas, con pericarpio delgado, que contiene una semilla. Se recolecta al llegar a la madurez.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Sustancias grasas, resina, piperina, esencia con felandreno y un terpeno, almidón, sales, celulosa.
Propiedades Tónica, excitante.
Modo de empleo Polvos.
Nota Se consideró el «oro negro» de la Edad Media, y por su posesión se libraron no pocas batallas. Aparte el uso culinario, la pimienta posee una acción externa específica contra la tiña y debe usarse en forma de liparolito durante cierto tiempo.

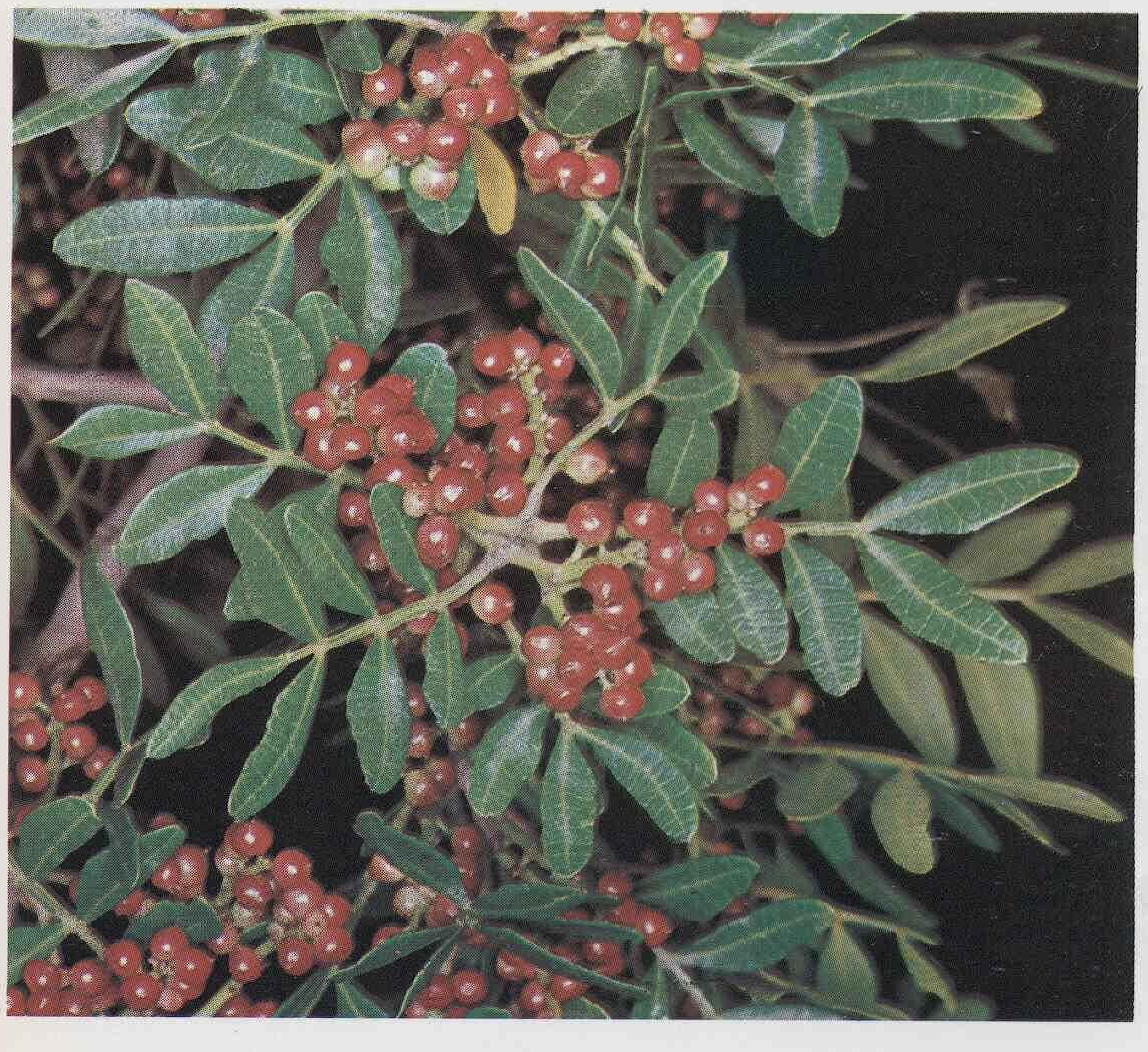
---

235 LENTISCO

(Cat.: *llentiscle;* eusk.: *legeltxor*)
Pistacia lentiscus

Familia Anacardiáceas.
Descripción Arbusto con abundantes ramificaciones y hojas perennes, paripinnadas, con folíolos ovales o elípticos, sésiles, coriáceos, brillantes. La cara superior es verde, la inferior opaca y clara. Borde entero. Pecíolo aplastado y alado. Las flores se disponen en pequeños racimos en la axila de las hojas, con el cáliz pentalobulado y cinco estambres. Color rojizo. El fruto es una drupa casi esférica, primero roja y después negra, que contiene una semilla blanca. Desprende olor aromático y es una especie típica de la maquia mediterránea, creciendo en las zonas litorales mientras que en el interior es muy rara. Puede alcanzar hasta 3 m. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Resina.
Compuestos químicos Esencia, tanino, masticina, ácido mástico.
Propiedades Expectorante, antidiarreico.
Modo de empleo Polvos.
Nota La resina que brota de manera espontánea o después de la incisión se conoce vulgarmente con el nombre de «mástic». Su olor recuerda el de la trementina y suele emplearse como adhesivo dental y también en la industria alimentaria, para la fabricación de masticadores. La emplean también los restauradores y la industria fotográfica. A partir de las semillas de lentisco, se obtiene un aceite, con alto rendimiento, adecuado para la iluminación, saponificación y fabricación de preparados cosméticos.



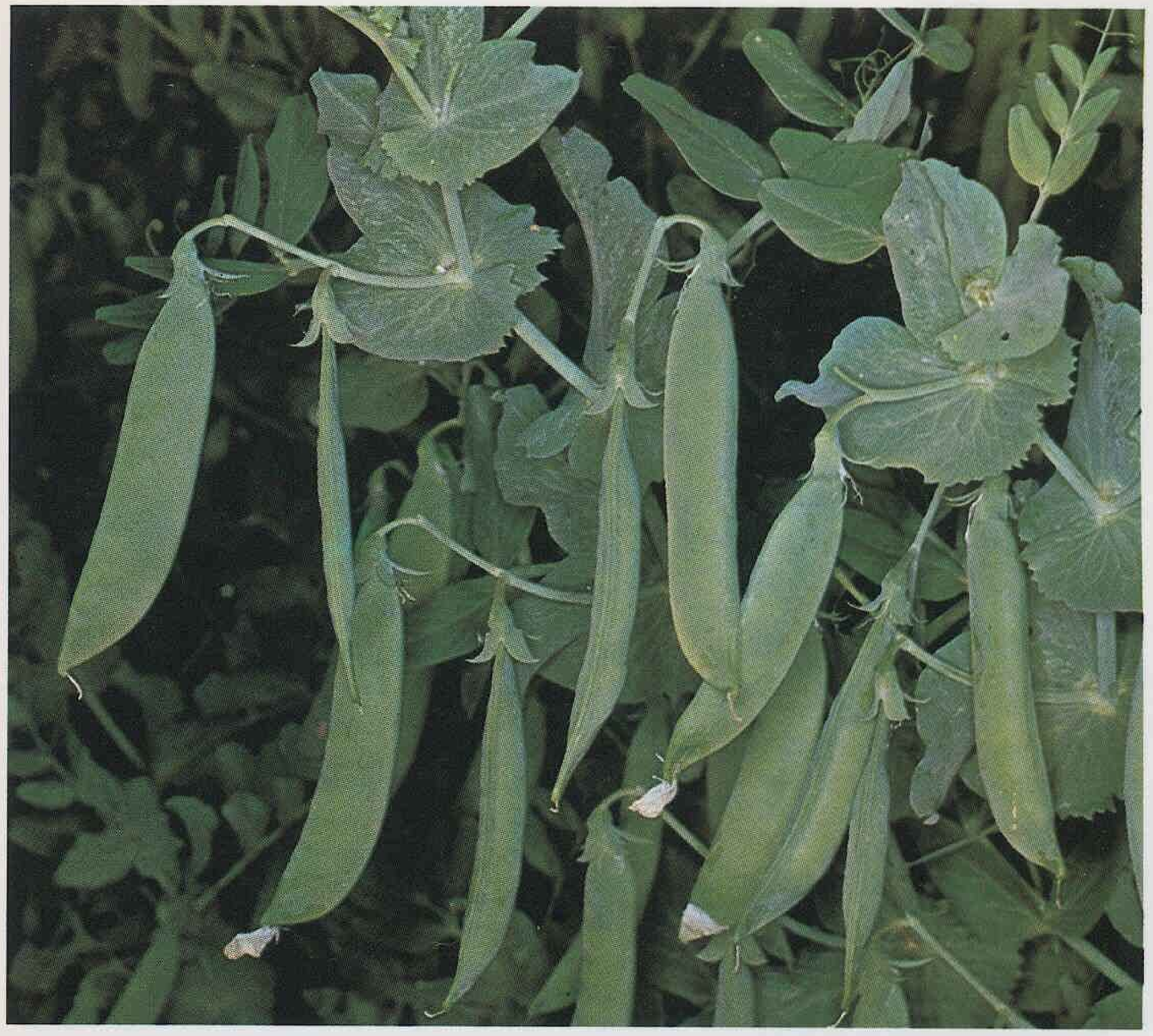


236

GUISANTE

(Cat.: *pèsol;* eusk.: *ilar*)
Pisum sativum

Familia Papilionáceas.
Descripción Planta anual con raíz poco desarrollada, de la que se conocen distintas variedades. Hojas pennadas dispuestas sobre un tallo erguido o rastrero, compuestas por dos o tres folíolos provistos de zarcillo. En la base de la hoja se disponen dos estípulas aparentes algo redondeadas. Las flores son papilionáceas, pedunculadas y axilares, que crecen solitarias o reunidas. El fruto es una legumbre arqueada, simétrica en ambas caras, algo hinchada, que encierra semillas verdes, alineadas, esféricas. Se cultiva ampliamente y requiere terrenos de regadío. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Semillas.
Compuestos químicos Proteínas, lecitinas, hidratos de carbono, grasas, sales.
Propiedades Nutritivo, antidermatosis.
Modo de empleo Harina, cataplasma, liparolito.
Nota Independientemente de la importancia del guisante como alimento, posee acción específica contra numerosas dermatosis. Para ello se utilizan mascarillas de frutos frescos aplicadas sobre pieles con acné o rugosas. Se preparan también cremas con idéntica finalidad, que contienen jugos concentrados de guisantes.

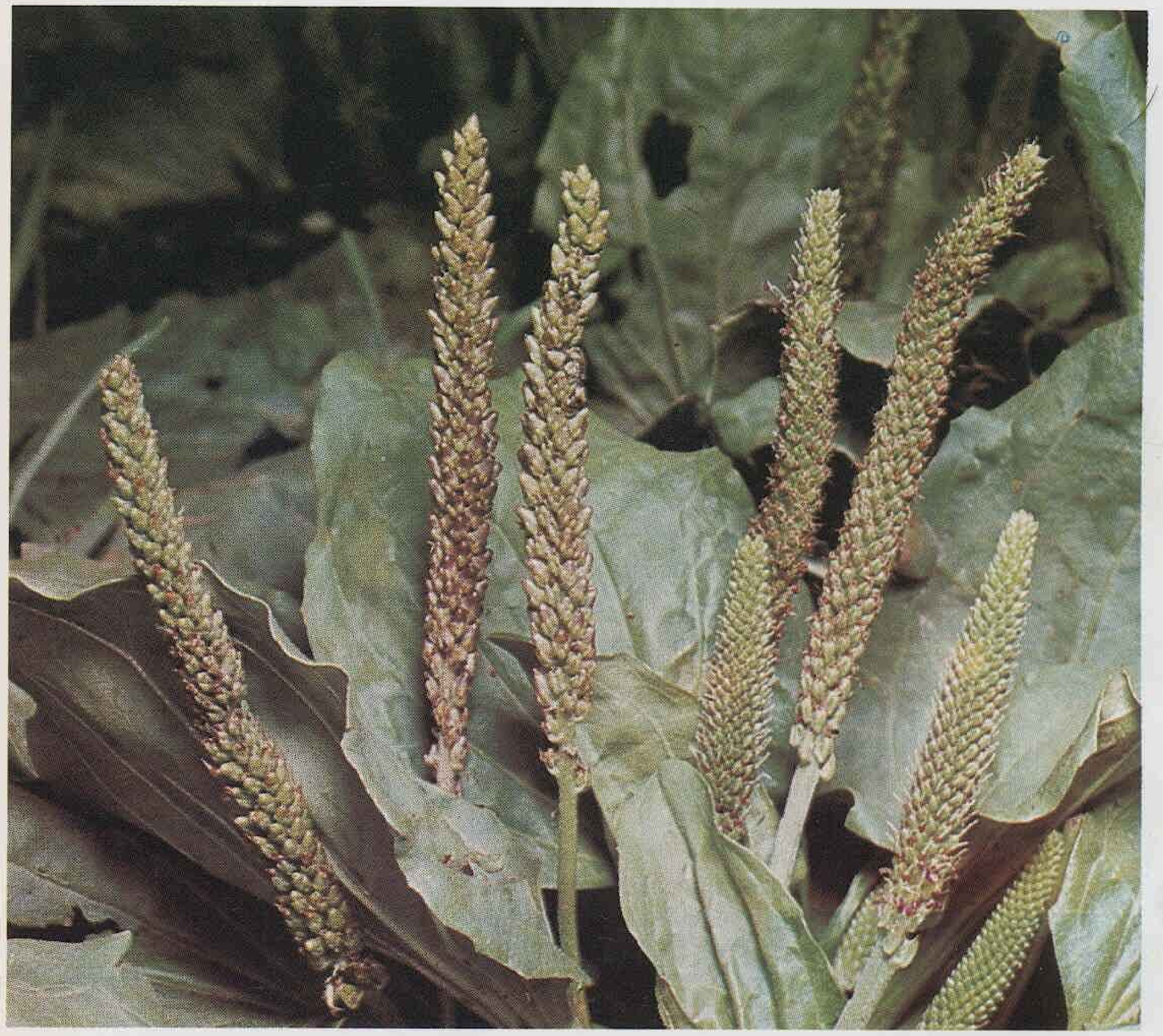


237

LLANTÉN MAYOR

(Cat.: *plantatge;* eusk.: *zain-belar*)
Plantago major

Familia Plantagináceas.
Descripción Planta herbácea perenne con raíz rizomatosa corta y radículas. Las hojas basales se disponen en roseta. El escapo carece de hojas y sostiene en su extremidad la inflorescencia. Las hojas son verdes, anchas, ovadoelípticas, con el limbo que se continúa a ambos lados del pecíolo, paralelinervias, envainantes, lisas o ligeramente pubescentes. La inflorescencia es una espiga con numerosas flores de cáliz cuatrilobulado, con lóbulos ovalados. La corola es tubular, dividida en cuatro lóbulos agudos. El fruto es una cápsula que contiene semillas oscuras. Muy común en todos los sitios. Se recolecta bien entrada la primavera. Puede medir más de 20 cm.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Aucubina, saponina, ácido cítrico, ácido oxálico, mucílagos.
Propiedades Depurativo, diurético, hemostático, vulnerario.
Modo de empleo Infusión, cataplasmas, zumo, tintura, agua destilada.
Nota Los extractos acuosos de esta planta se utilizan mucho en cosmética. La planta ha sido considerada siempre como un rápido hemostático sobre las heridas. El escapo con la semilla se utiliza como alimento para las aves. El agua destilada ha sido utilizada como colirio, mientras que la tintura sigue empleándose popularmente contra las odontalgias.



238 LLANTÉN MEDIANO

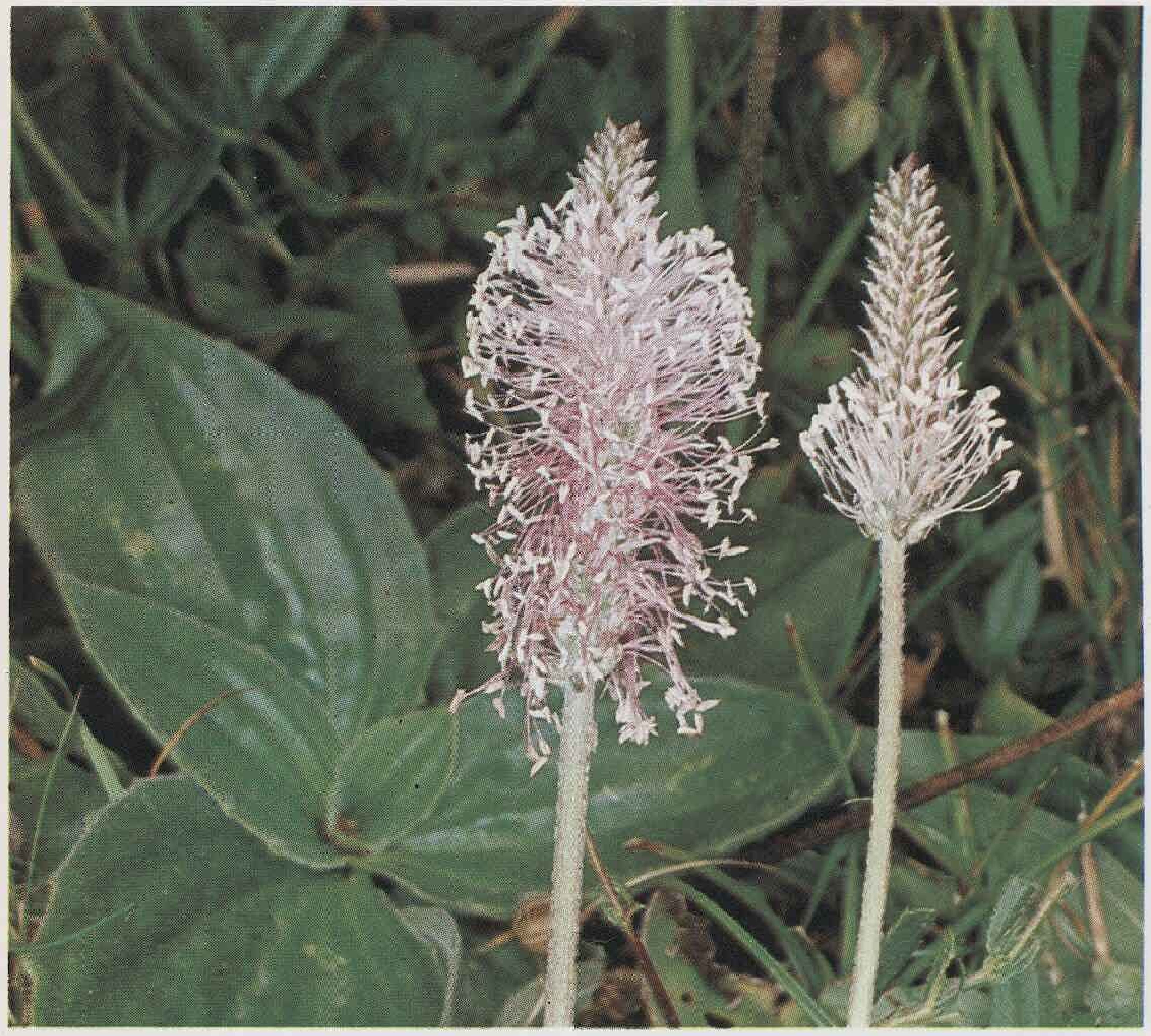
Plantago media

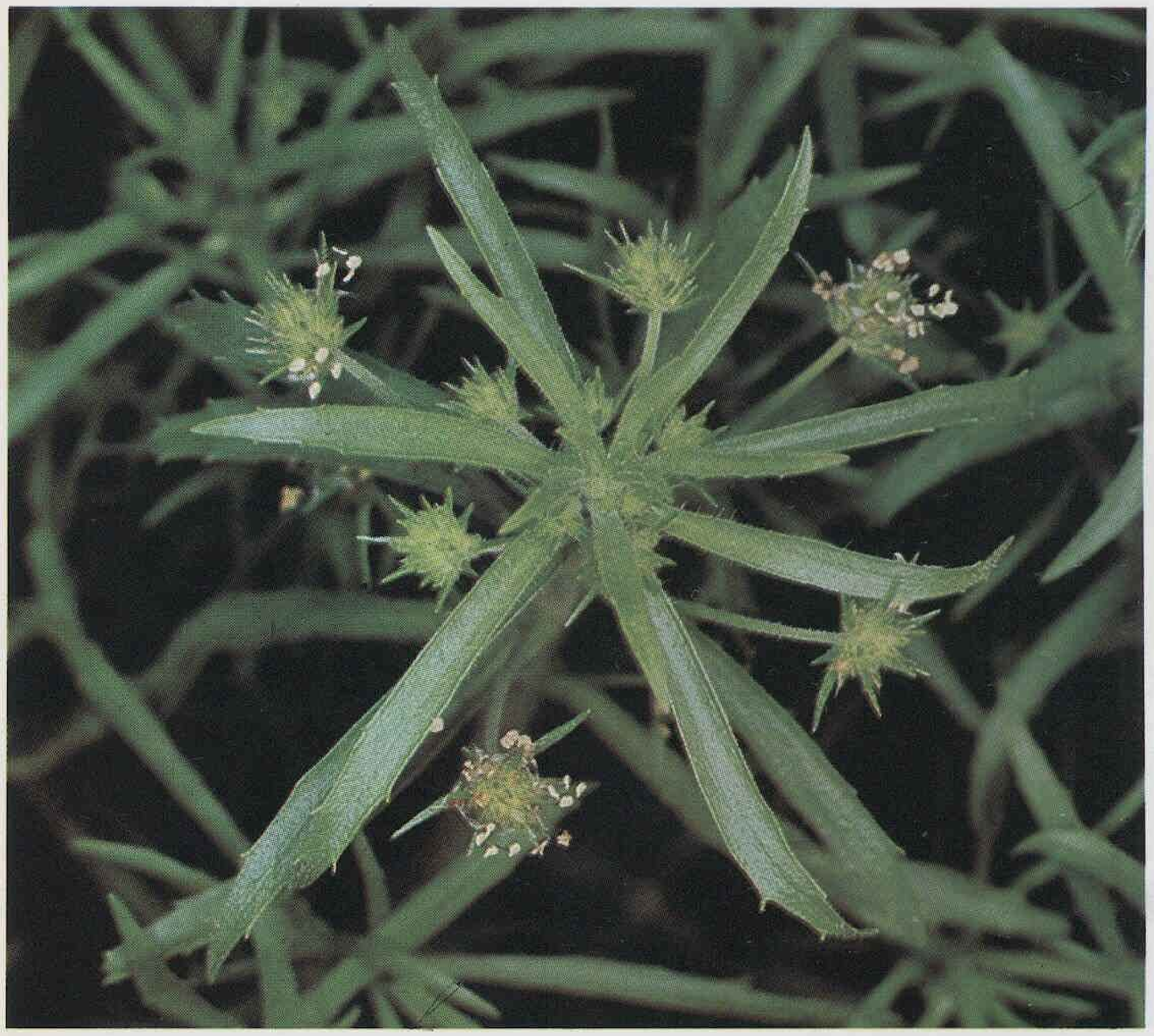
Familia Plantagináceas.
Descripción Planta herbácea con raíz en forma de huso y numerosas radículas. Las hojas son basales y se disponen en roseta, ovalelípticas, enteras, con nerviaciones aparentes. El escapo es pequeño y ligeramente pubescente, frágil, portador de las flores en espiga, con el cáliz tetrasépalo y la corola tetrapétala, con los elementos agudos. Antera de color blanco lila. El fruto es una cápsula con dos lóculos y un pixidio, que contiene semillas elipsoidales angulosas. Es muy común como infestante de los prados, colinas y montes. El escapo puede alcanzar los 10 cm de altura. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Aucubina, tanino, pectina, ácidos, sales, goma, saponina.
Propiedades Depurativo, astringente, vulnerario, oftálmico.
Modo de empleo Decocción, jarabe, agua destilada, extracto suave.
Nota Esta especie es la más conocida de todas las utilizadas como remedio de urgencia sobre las heridas, colocando una hoja apretada. Por su riqueza en tanino sirve como colutorio en los dolores de muelas y en forma de agua destilada como colirio. Se prepara también un ungüento con excipiente apropiado en las escoriaciones. Las semillas son laxantes al igual que las de la zaragatona. Las hojas jóvenes se consumen en ensalada, antes de que se vuelvan coriáceas.

239 ZARAGATONA

(Cat.: *saragatona;* eusk.: *ardi-belar*)
Plantago psyllium

Familia Plantagináceas.
Descripción Del griego *psylla,* pulga, por la semejanza de las semillas con este animal. Planta herbácea de raíz axonomorfa. El tallo dispone de hojas en toda su longitud, y mide hasta 30 cm. Las hojas son opuestas, lanceoladas, con el margen entero o ligeramente dentado, sésiles, amplexicaules. Las flores se disponen en espiga y parten de la axila de las hojas más altas, con un largo pedúnculo. Son sésiles y presentan una bráctea ovoidal puntiaguda. El cáliz es tetralobulado, y la corola tubular y tetralobulada. Posee estambres muy largos y anteras aparentes. Los frutos son cápsulas con dos compartimientos. Las semillas tienen forma de habichuela puntiaguda, de color claro, con una mancha oscura mediana. Crece por doquier en las zonas de clima mediterráneo. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Las semillas.
Compuestos químicos Mucílagos, aucubósido, oligoelementos, sales de potasio.
Propiedades Laxante, emoliente.
Modo de empleo Decocción, semillas enteras.
Nota Se utiliza en cosmética, en forma de mascarilla, por su elevado contenido en mucílagos. A partir de la semilla se extrae una goma que se utiliza para la fabricación de imprimaciones para los tejidos. La decocción y maceración proporciona un preparado con abundante mucílago, adecuado contra las irritaciones cutáneas y el enrojecimiento de los párpados.

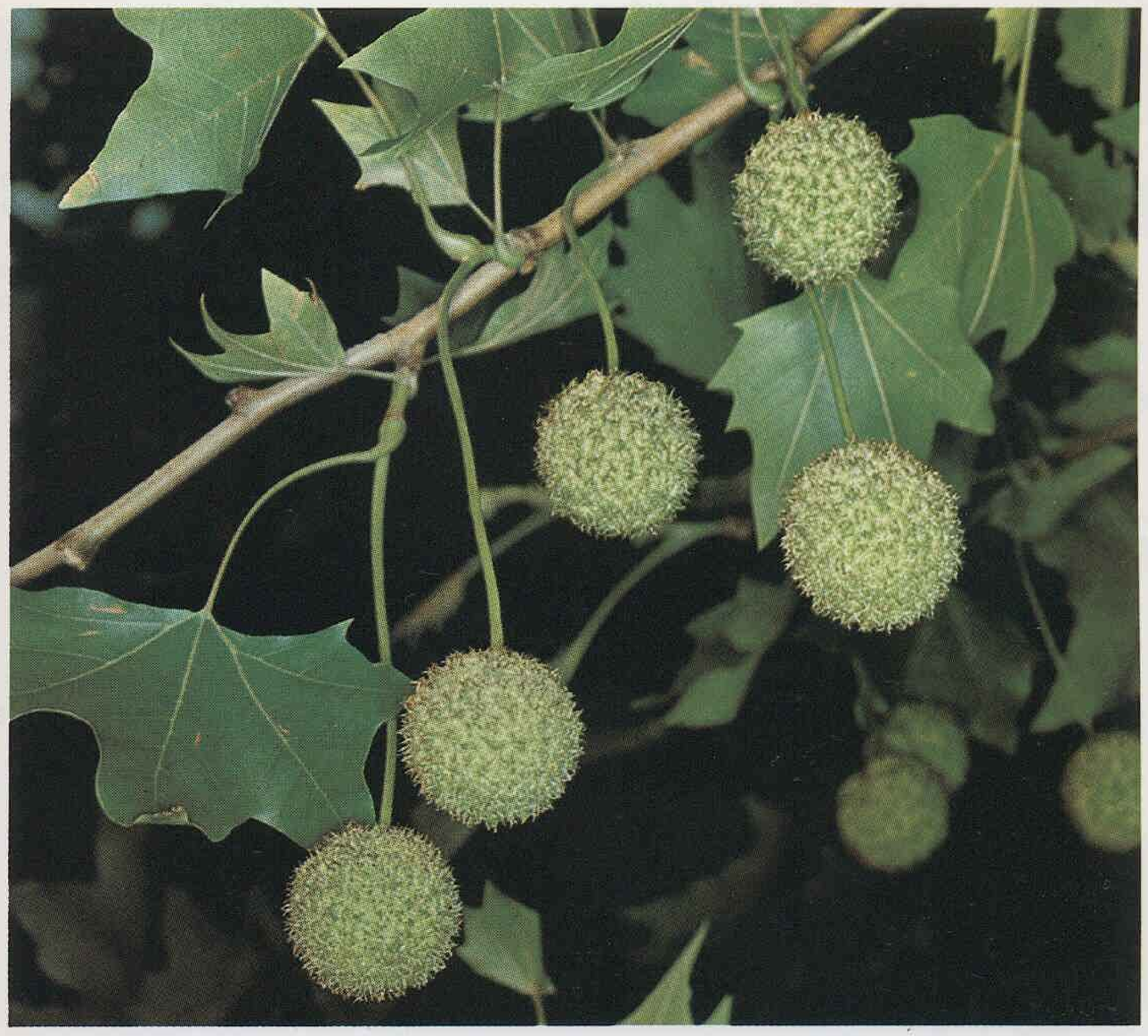




240 PLÁTANO

(Cat.: *plàtan*)
Platanus orientalis

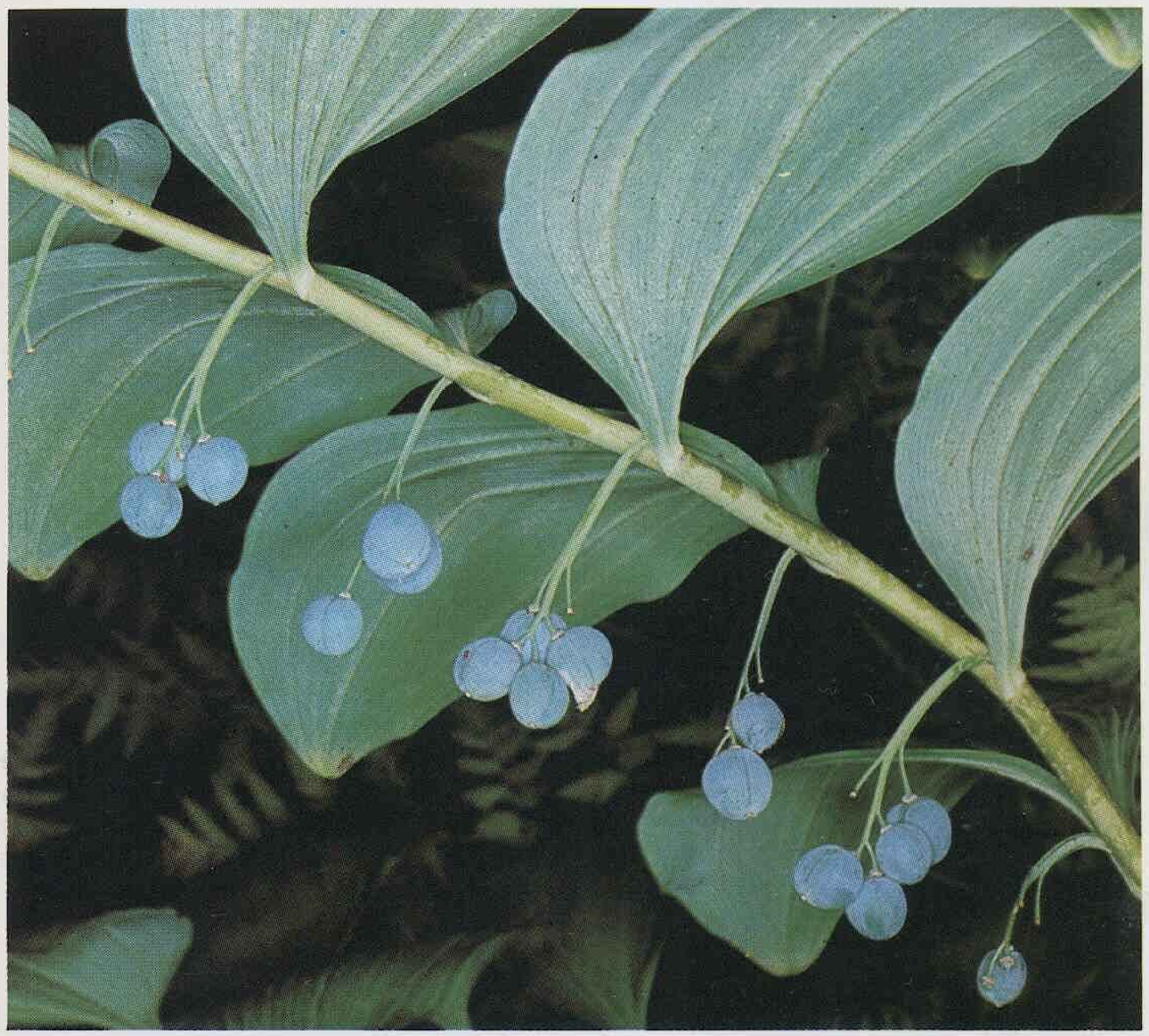
Familia Platanáceas.
Descripción Del latín *plautus*, aplastado. Árbol con tallo alto, erguido, robusto, y corteza caduca a placas, ramificado, con abundante copa. Las hojas son alternas, palmadas, con lóbulos marcados, pecioladas, con pecíolo ensanchado en la base. La lámina presenta nerviaciones aparentes, retinervias. Las flores se agrupan en una inflorescencia globosa casi esférica. El fruto es un tetraquenio linear y en ocasiones un folículo. Crece fácilmente en estado espontáneo, y se cultiva a lo largo de caminos y carreteras. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Hojas.
Compuestos químicos Quercetina, celulosa, tanino, colorante.
Propiedades Astringente, vulneraria.
Modo de empleo Decocción, liparolito.
Nota La pilosidad de los frutos puede causar molestas irritaciones. Debido a su elevado contenido en tanino, se aplica sobre las heridas y contra los sabañones en los enfermos de disentería. La madera no es muy apreciada, aunque presenta propiedades interesantes. A partir de las ramas y de las raíces se obtiene una sustancia colorante para tejidos.



241 POLIGONATO

(Cat.: *beatamaria*)
Polygonatum officinale

Familia Liliáceas.
Descripción Planta herbácea perenne, de aproximadamente 40 cm de altura, provista de rizoma voluminoso horizontal y numerosas raíces adventicias. Tallo erguido, anguloso, con una vaina inferior. Las hojas son sésiles, algunas amplexicaules, alternas, de forma elíptica, con el ápice agudo, paralelinervias, página superior de color verde claro e interior verde celeste. Las flores son solitarias y se disponen en la axila de las hojas con un pedúnculo inclinado. El perigonio es tubular, hinchado en la base, blanco, terminado en seis licinias ovadas verdosas. El fruto es una baya globosa negra. Crece espontáneo en los bosques de la montaña media. Se recolecta en otoño y primavera.
Partes utilizadas Rizoma.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, oxalato de calcio, saponina, asparragina.
Propiedades Resolvente, hemolítico, hipoglucemizante.
Modo de empleo Infusión, enolito, liparolito, oleolito.
Nota El rizoma es tan eficaz como la tintura de árnica para ser usado como antiequimótico. Esta misma acción se obtiene al aplicar cataplasmas a base de rizoma. También se preparan pomadas con acción vulneraria. Las bayas no deben usarse en absoluto, puesto que son extraordinariamente venenosas.



242 CENTINODIA

(Cat.: *centinòdia;* eusk.: *odolur*)
Polygonum aviculare

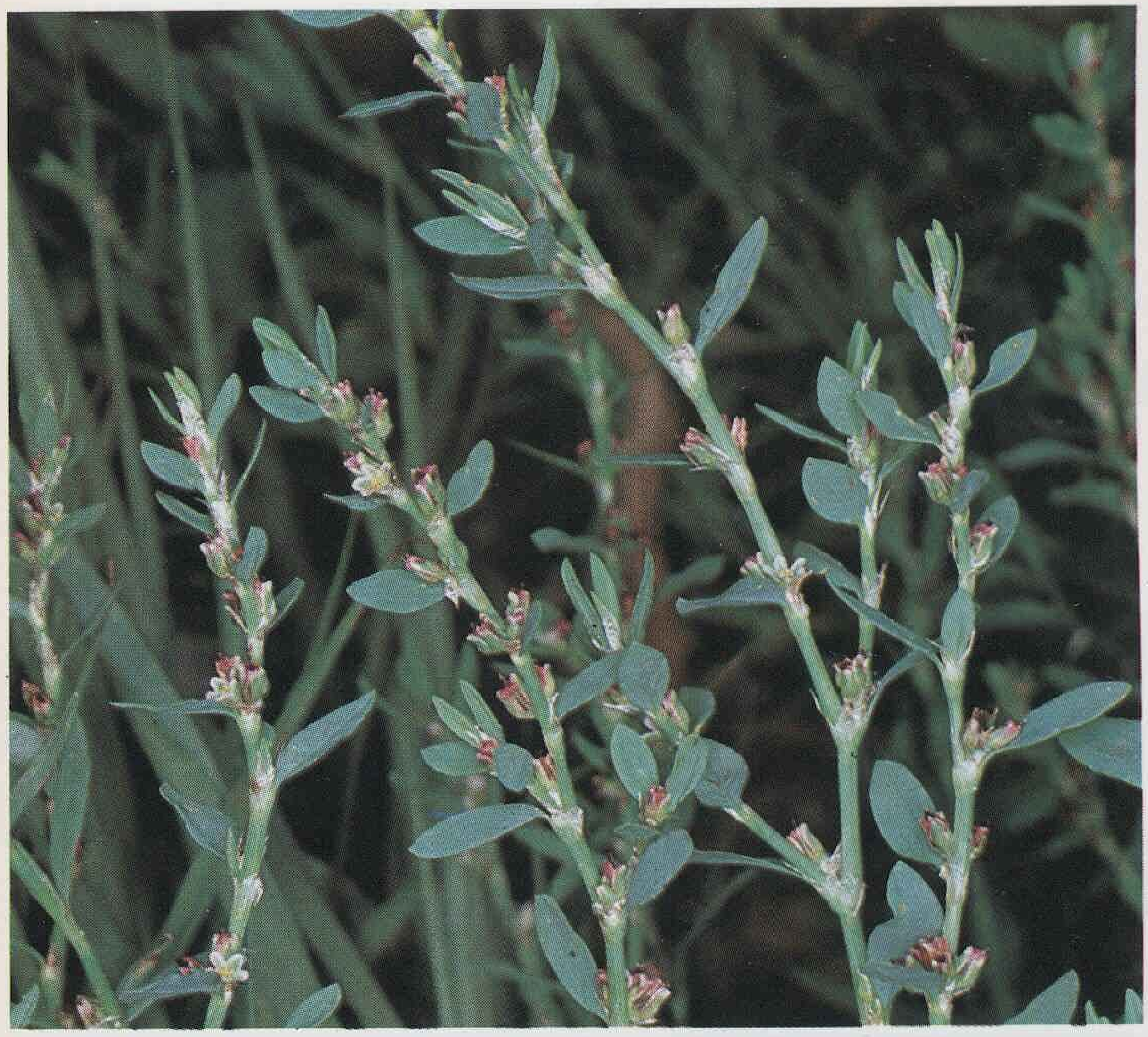
Familia Poligonáceas.
Descripción Del griego *polys gony,* varias maneras. Plántula con raíz axonomorfa y abundantes radículas, de las que parten numerosos tallos rastreros o ligeramente ascendentes. Las hojas son alternas, oblongas, lanceoladas o lineares, pecioladas o sésiles. Las flores se agrupan en la axila de las hojas. Son pentatépalas rosadas o blancas. El fruto es un aquenio trígobo estriado. Hierba común e infestante desde el litoral a las colinas. Los tallos pueden llegar a medir más de medio metro. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Esencia, antraquinona, resina, sílice, mucílagos.
Propiedades Diurética, litóntrica, hemostática, remineralizante.
Modo de empleo Polvos, infusión, tintura, extracto fluido, enolito.
Nota Por la presencia de antraquinona posee una ligera acción laxante, y también capacidad hemostática sobre las úlceras. Sus propiedades astringentes la hacen eficaz en los casos de disentería. En forma de alcoholato desarrolla una acción interesante sobre el sistema venoso: las varices, si son recientes, tienden a desaparecer. Por esta razón se han preparado pomadas para la cura de la *couperose.* Por vía externa se aplica en forma de compresas sobre pieles débiles y secas.

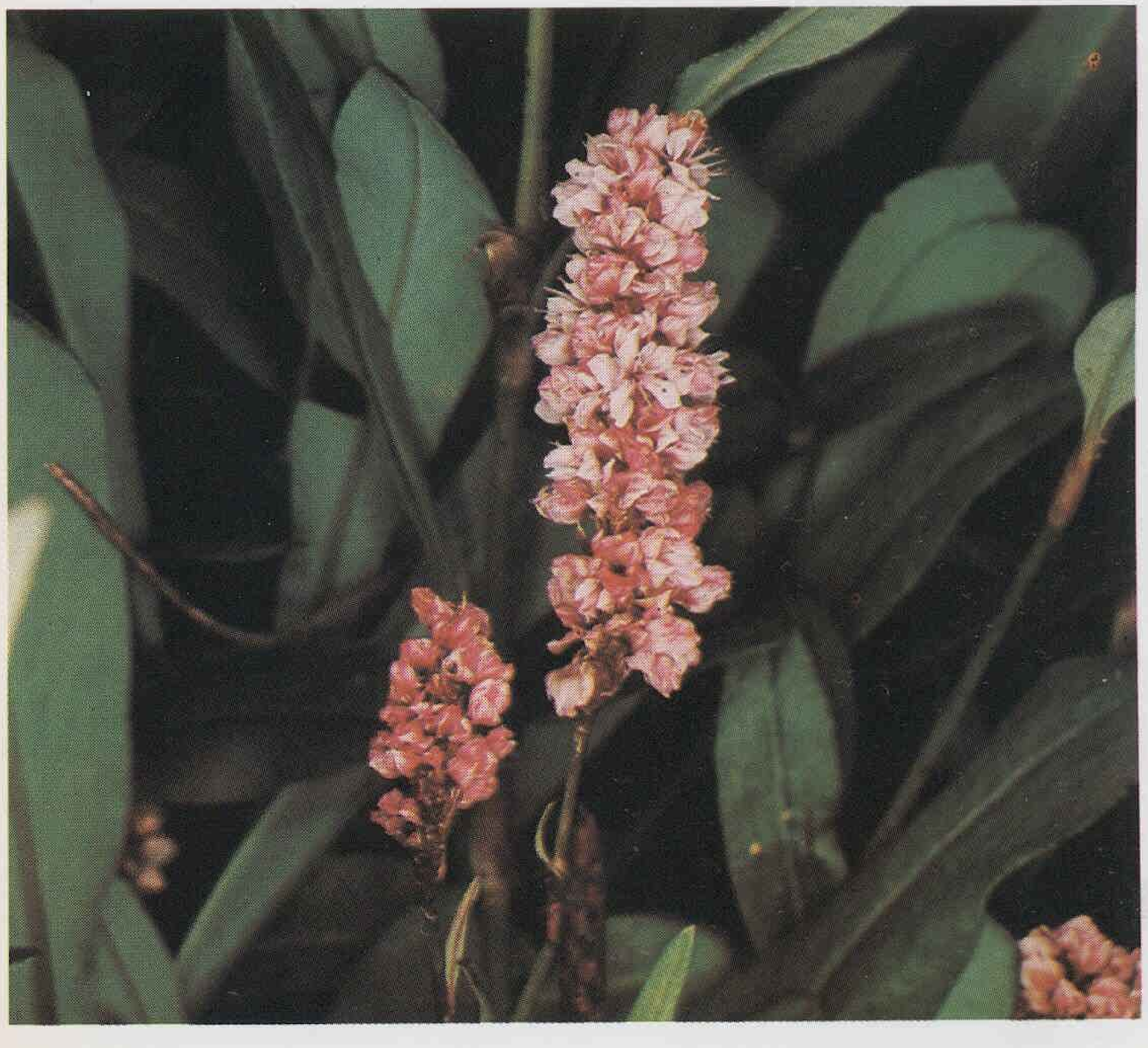
---

243 BISTORTA

(Cat.: *bistorta;* eusk.: *basa-piper*)
Polygonum bistorta

Familia Poligonáceas.
Descripción Planta herbácea de hasta 30 cm de altura, con rizoma horizontal. El tallo es erguido y nudoso. Las hojas basales están largamente pecioladas, son largas y lanceoladas, algo decurrentes, mientras que las apicales son delgadas, lanceoladas y amplexicaules en la proximidad de los nudos, y onduladas. Las flores se agrupan en apretadas inflorescencias en espiga de color rosado. Presentan cinco tépalos y ocho estambres aparentes. El fruto es un aquenio trigonal oscuro y liso. Se cría en los prados húmedos de montaña, en las proximidades de los cursos de agua. Se recolecta en primavera y en otoño.
Compuestos químicos Almidón, ácido gálico, ácido oxálico, tanino, vitamina C, azúcar.
Propiedades Astringente, antidiarreica, tónica, vulneraria.
Modo de empleo Decocción, infusión, polvos, enolito.
Nota Las hojas pueden comerse y también la raíz, que contiene abundante almidón. Las hojas machacadas actúan como hemostático sobre las heridas. La acción antidiarreica es más activa si se suministra en forma de lavativa.

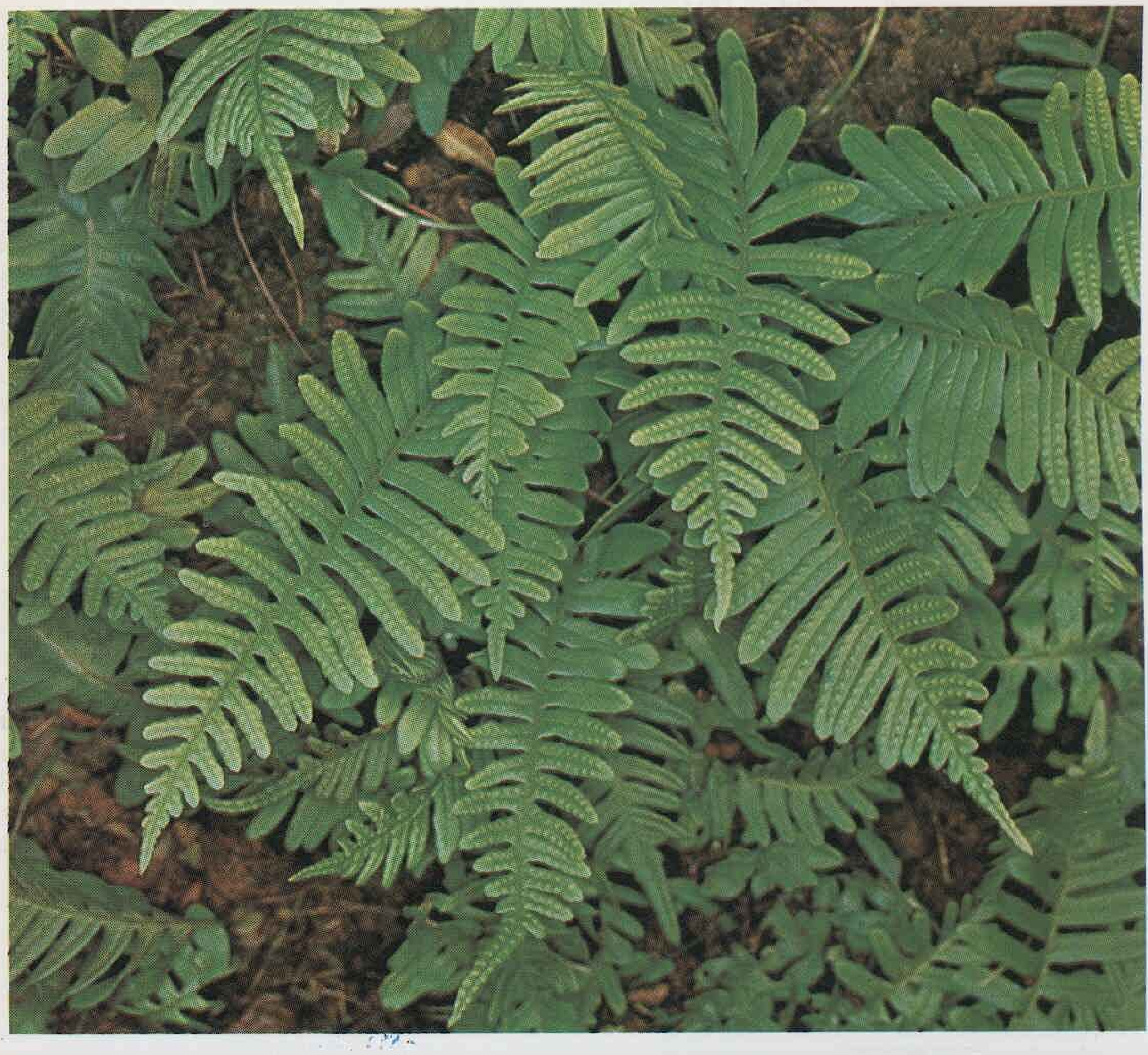




244 POLIPODIO

(Cat.: *polipodi;* eusk.: *aritzagaro*)
Polypodium vulgare

Familia Polipodiáceas.
Descripción Helecho provisto de rizoma pardo, rastrero, carnoso, cilíndrico, provisto de numerosas radículas y pequeñas escamas, con grietas de color amarillo claro, de sabor peculiar, semejante a la regaliz. Los frondes son muy peciolados, coriáceos, oblongos, lanceolados, pinnatopartidos. Las hojas, lineales u obtusas, provistas de nerviaciones medianas, son portadoras de soros redondos de color óxido, dispuestos en dos series paralelas. Esporifica al llegar al verano. Es común en los bosques húmedos, en especial sobre suelos con abundante musgo, en los árboles o sobre las rocas no expuestas. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Azúcar, manitol, glicirricina, malatos, tanino, saponina.
Propiedades Colagogo, laxante, expectorante.
Modo de empleo Decocción, polvos, extracto fluido, jarabe.
Nota El rizoma se utilizó para falsificar la raíz de regaliz. Normalmente se utiliza todavía como edulcorante. También las hojas encuentran aplicación terapéutica como pectorales a pesar de que su calidad es claramente inferior a la del rizoma. Los polvos de polipodio constituyen un eficaz purgante para los niños, especialmente si se mezclan con polvos de correhuela y miel. La especie se cultiva también como helecho de jardín, pero es de aclimatación difícil.

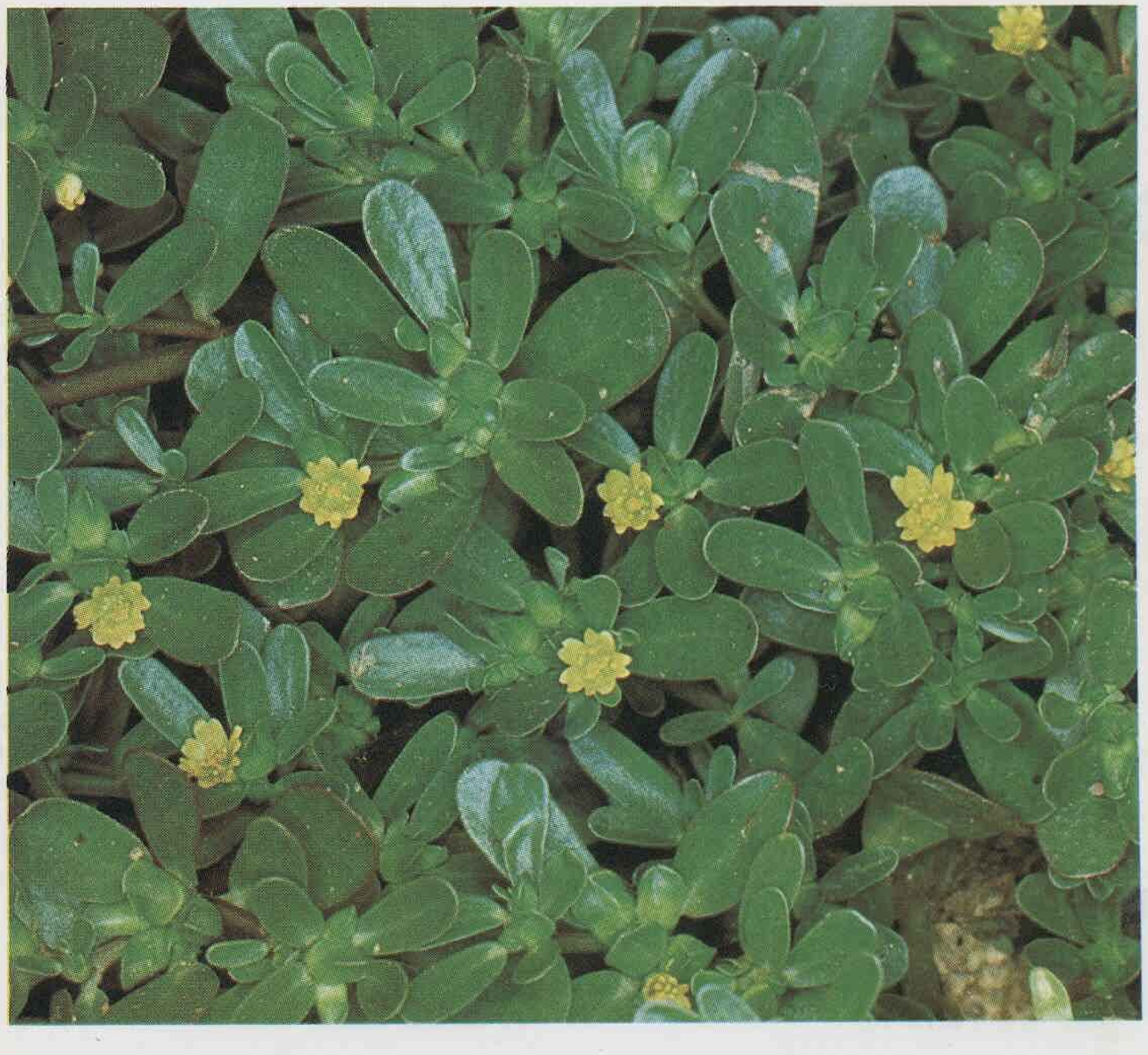


---

245 VERDOLAGA

(Cat.: *verdolaga;* eusk.: *ketozki*)
Portulaca oleracea

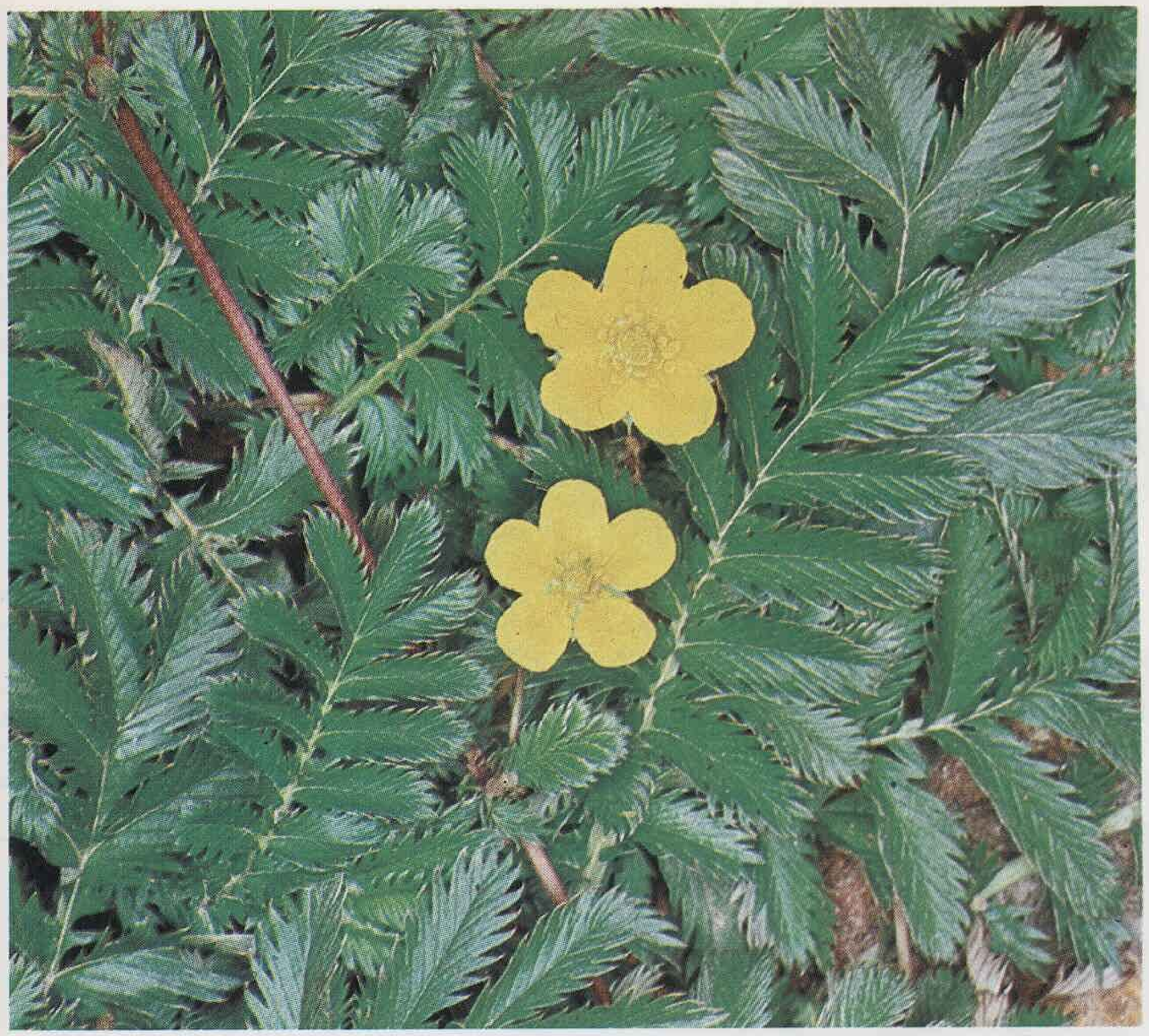
Familia Portulacáceas.
Descripción Planta con tallo extendido sobre el suelo y raíz axonomorfa. Los tallos son carnosos, cilíndricos, ramificados. Las hojas son sésiles, opuestas al principio, después alternas y finalmente casi verticiladas, obovadas, verdosas. Las flores amarillentas se disponen en la bifurcación de las ramas. Cáliz bilobulado y corola tetra-pentapétala. Los estambres se disponen en número de doce. El fruto es una cápsula oval portadora de numerosas semillas oscuras, pequeñísimas, orbiculares. Los tallos pueden superar los 20 cm de longitud. Es muy común y crece infestante en los campos, huertos, borde de los caminos, prados, zonas litorales. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las partes aéreas.
Compuestos químicos Mucílagos, saponina, vitamina C, sales, prótidos.
Propiedades Colerética, depurativa, antiescorbútica, diurética.
Modo de empleo Infusión, zumo, jarabe, cataplasma.
Nota Las cimas jóvenes se comen normalmente en ensalada por su gusto agradable, y además, a nivel casero, pueden conservarse en aceite. La planta, fácilmente cultivable por germinación, es muy buscada por los conejos. Si se tiene la precaución de no arrancar la raíz, pueden recogerse tallos con hojas varias veces al año. El jugo es particularmente activo contra la dermatosis, tanto en aplicación interna como externa.



246 ARGENTINA

Potentilla anserina

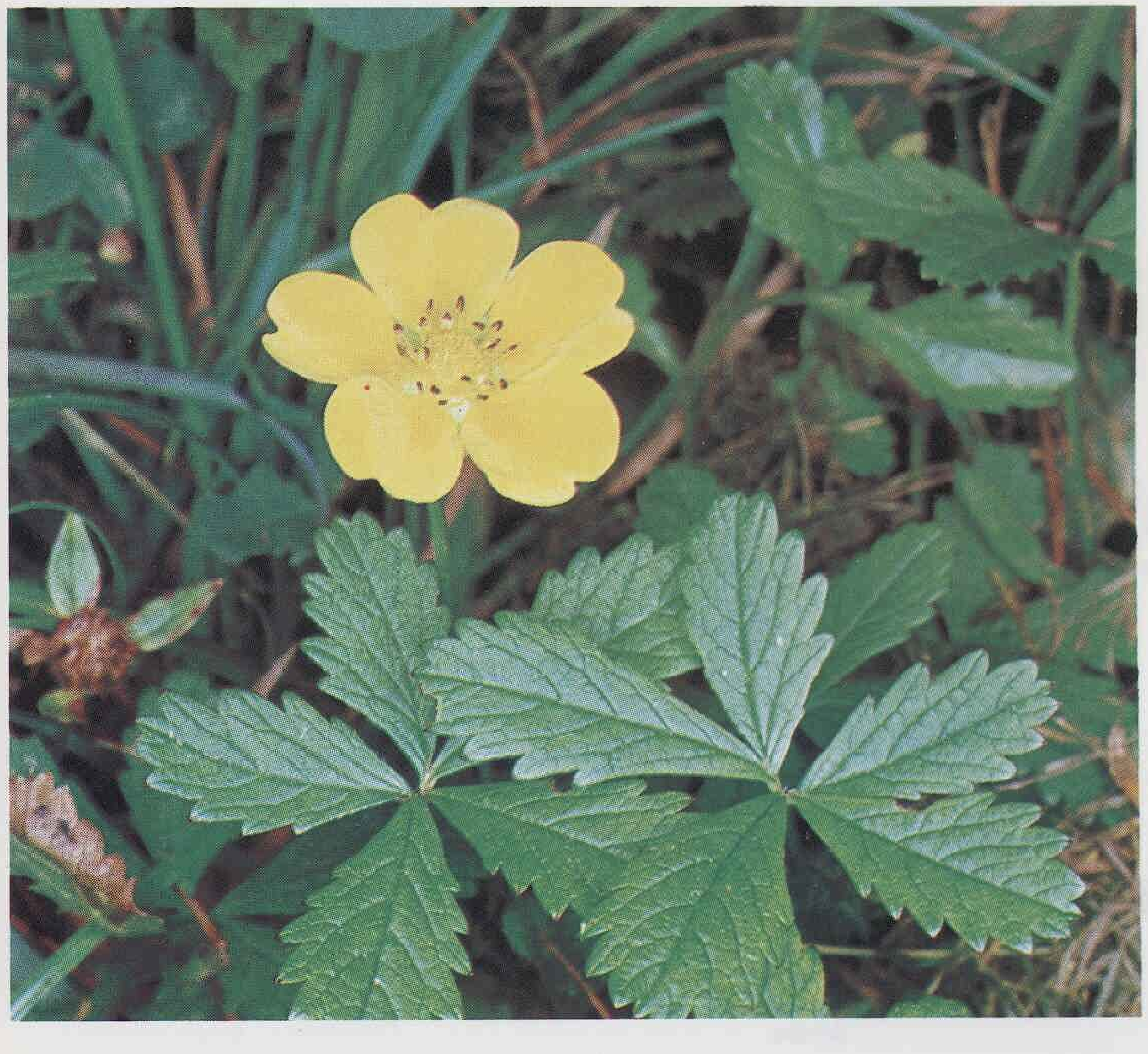
Familia Rosáceas.
Descripción Del latín *anser,* oca. Planta buscada por dicho animal. Hierba perenne, de hasta 50 cm de altura, provista de corto rizoma y tallos rastreros. Hojas compuestas con numerosos folíolos ovales dentados de color verde. Las flores, amarillas, se disponen solitarias al final de un largo pedúnculo que crece en la axila de la hoja adyacente. Los pétalos, en número de cinco, son obovados con el margen ondulado. El fruto es un aquenio reniforme. La planta vive preferentemente en la proximidad de acequias o en terrenos calcáreos montañosos y húmedos. Se recolecta en el mes de julio.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Tanino, ácido gálico, oxalato de calcio.
Propiedades Antiespasmódica, astringente, hemostática, odontálgica.
Modo de empleo Decocción, enolito, tintura, extracto fluido.
Nota La planta se usa externamente en forma de agua destilada, cosmética, aplicada sobre pieles enrojecidas o en la epidermis delicada de los niños. Se ha utilizado también en las calculosis de la vesícula y en los cólicos intestinales. El polvo se emplea como aspersorio en úlceras y como colutorio, con resultados muy satisfactorios en la piorrea. La planta fresca posee junto con otras (bolsa de pastor, cariofilada, ciclamen, castaño de Indias, etc.) la característica de ser ligeramente radiactiva y excitar por lo tanto una acción analgésica local con su sola aplicación. Kneipp la ha utilizado en los calambres y en las epistasis.



247 CINCOENRAMA

(Cat.: *cinc-en-rama;* eusk.: *bostorri*)
Potentilla reptans

Familia Rosáceas.
Descripción Planta herbácea perenne, provista de pequeño rizoma y tallos pubescentes, estolonífera. Las hojas poseen largos pecíolos en cuyo ápice se dispone la lámina palmatosecta. Algunas poseen en la base dos folíolos menores divergentes. El margen es dentado. Las flores son solitarias, dispuestas en la axila de las hojas, con cinco sépalos lanceolados y puntiagudos. La corola presenta cinco pétalos amarillos ovales, aunque redondeados en el ápice. El fruto es un pentaaquenio inserto en el receptáculo persistente de la flor. Es muy frecuente en los lugares con hierba, desde el nivel del mar a la montaña, los prados y a lo largo de los caminos. Se recolecta en otoño y en primavera.
Partes utilizadas La raíz y las hojas.
Compuestos químicos Tanino, resina, goma, oxalato de calcio.
Propiedades Astringente, antidiarreica, febrífuga.
Modo de empleo Decocción, tintura, jarabe.
Nota La decocción concentrada de la raíz actúa como odontálgico y en compresas externas mejora las pieles delicadas. Entra en la composición de numerosos preparados cosméticos contra las arrugas. Las hojas tiernas pueden consumirse junto con otras ensaladas.



248 TORMENTILLA

(Cat.: *tormentil·la;* eusk.: *zazpi-osto*)
Potentilla tormentilla

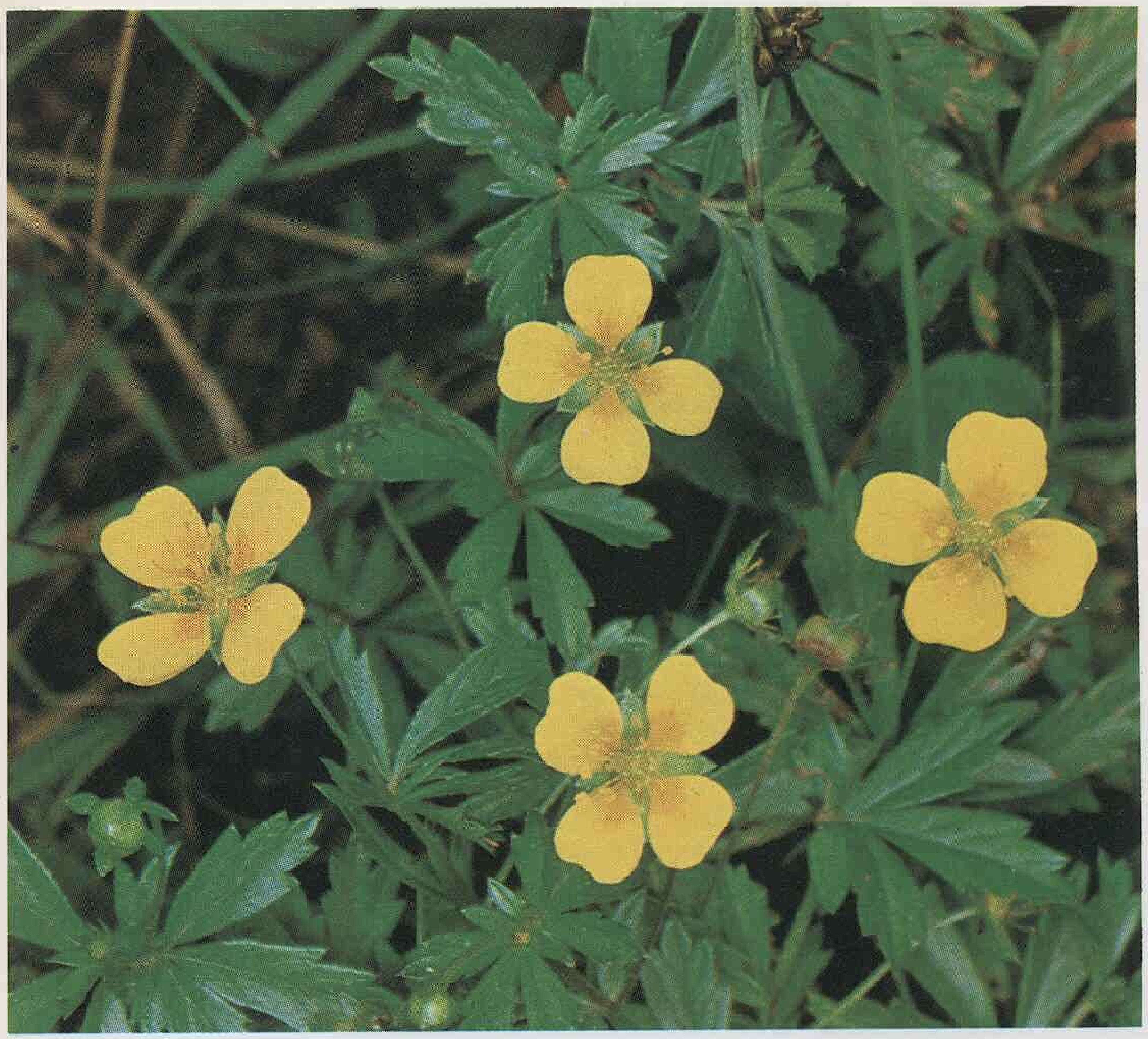
Familia Rosáceas.
Descripción Planta con raíz gruesa y cilíndrica de la que parten numerosos tallos ramificados frágiles. Las hojas basales son pecioladas y tri-pentalobuladas, mientras que las restantes son trifoliadas o sésiles, dentadas, con estípulas basales, glabras o algo sedosas. Las flores se disponen sobre un pedúnculo muy largo con el cáliz pentasépalo y la extremidad aguda. La corola es tetrapétala amarilla. El fruto es un aquenio ovoidal liso. Se da con frecuencia en el sotobosque, en los prados húmedos alpinos y en las turberas de montaña. Mide 20-30 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Ácido tormentilínico, catequina, ácido elágico, tormentol, tormentilina, resina, goma.
Propiedades Astringente, antidiarreica, hipoglucemizante, hemostática.
Modo de empleo Decocción, liparolito, polvos, enolito, tintura, extracto fluido.
Nota Planta muy astringente, con una actividad antibiótica que todavía no ha sido bien estudiada, aunque se ha comprobado en numerosas enfermedades. En enjuagues, resulta útil contra las enfermedades de las encías, en las piorreas y en los dolores de muelas. Se utiliza externamente como tonificante de las pieles delicadas, en compresas o en cremas preparadas al efecto. Los extractos de tormentilla son útiles para la curación de las grietas y en las prolaxis. Un uso continuado de la planta ha dado buenos resultados en los casos de enuresis de niños. El vino posee acción hipoglucemizante, mientras que la decocción puede servir para el curtido de pieles.

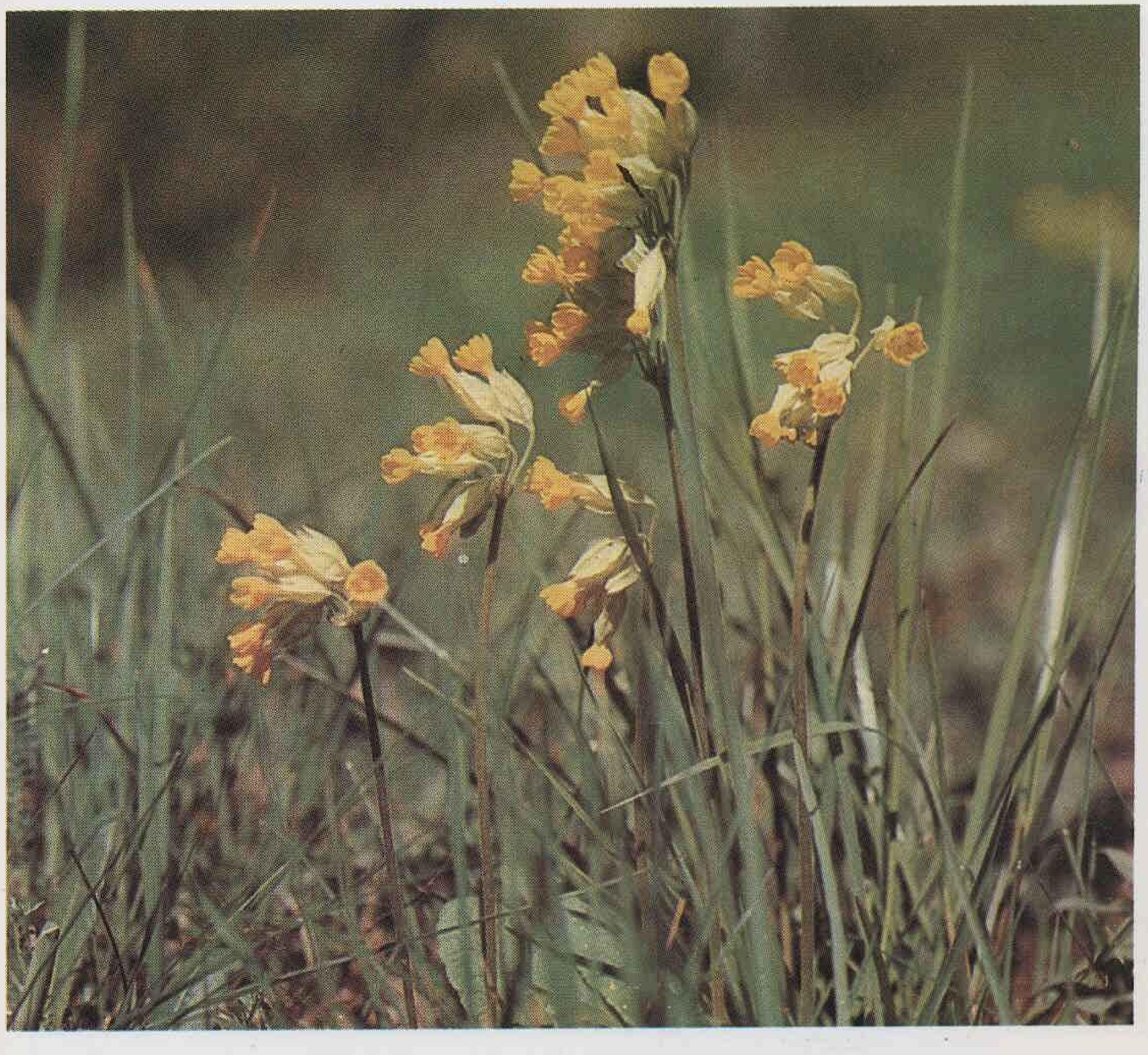
---

249 PRIMAVERA

(Cat.: *primavera;* eusk.: *ostorika*)
Primula officinalis

Familia Primuláceas.
Descripción Hierba espontánea o cultivada de la que se conocen numerosas variedades, con pequeño rizoma fibroso y abundantes radículas. Las hojas se reúnen en rosetas basales, son rugosas y ovadooblongas, con el margen festoneado, pubescentes en la cara inferior. Las flores, de color amarillo, se reúnen en una umbela dispuesta al final de un escapo de más de 10 cm de altura. El cáliz es acampanado. La corola es pentalobulada y la cápsula contiene numerosas semillas pequeñas y aplastadas. Es común en los prados y en los bosques calcáreos. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Flores y hojas.
Compuestos químicos Primaverina, primulaverina, clorofila, goma.
Propiedades Béquica, hipnótica, calmante, diurética, antirreumática, antiartrítica, diaforética.
Modo de empleo Infusión, agua destilada, extracto fluido, extracto blanco, jarabe.
Nota El polvo del rizoma se ha utilizado como estornutatorio, mientras que la pulpa se utilizó para compresas sedantes en los casos de flogosis. Las hojas tiernas se emplean también en la preparación de ensaladas depurativas. Esta planta debe utilizarse con cuidado, ya que puede originar alergias cutáneas a causa de los estambres, alergias que, sin embargo, no revisten importancia alguna. También se utiliza mucho como ornamental. Mediante las flores se preparaba un aceite por maceración, con acción antiequimótica que podía compararse con la eficacia de la tintura de árnica.





250 CEREZO

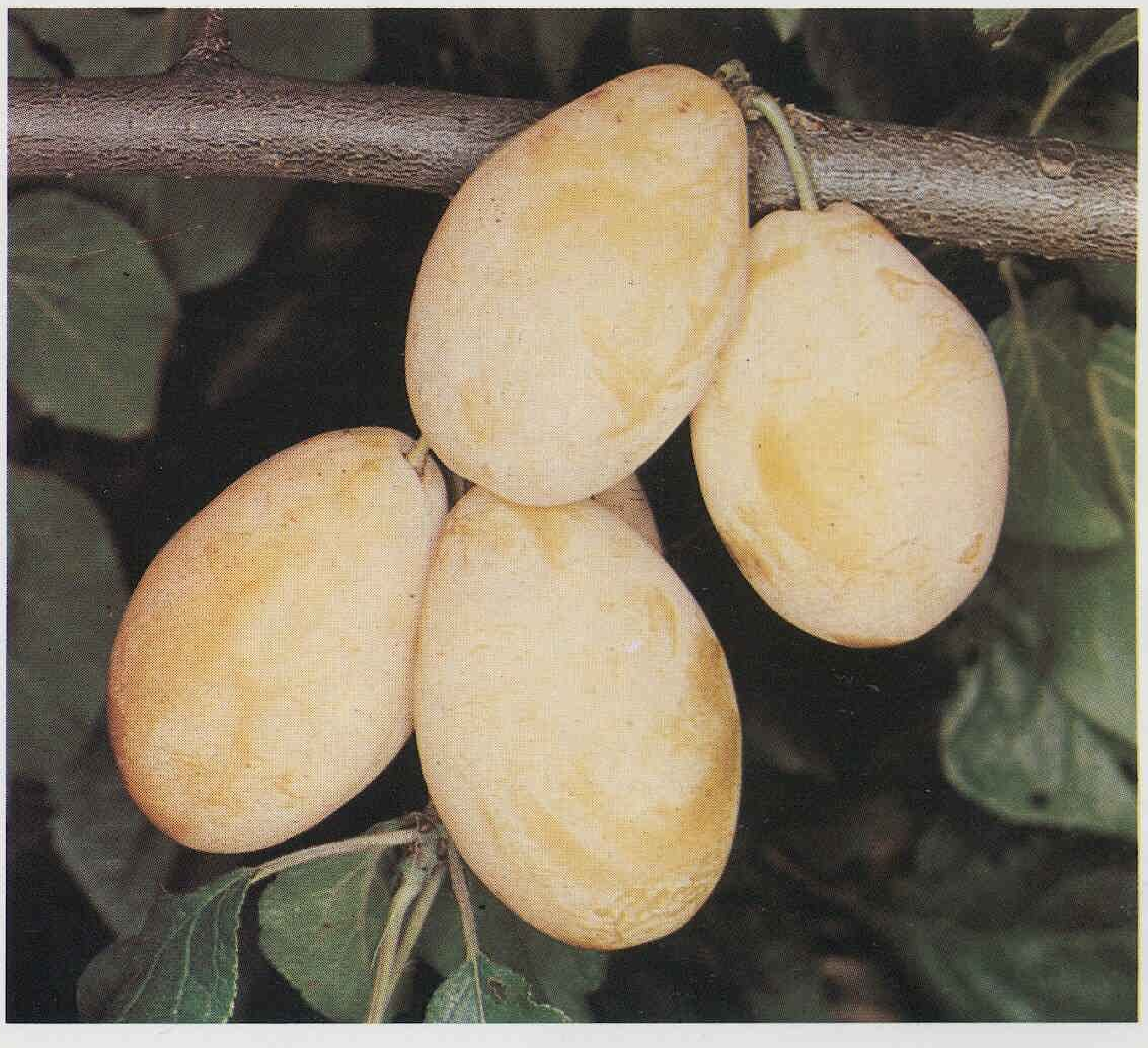
(Cat.: *cirerer;* eusk.: *gerezi-ondo*)
Prunus avium

Familia Rosáceas.
Descripción Árbol de 8-10 m de altura, con tallo erguido y ramificado, corteza rojiza lisa, que se abre en estrías. Las hojas se reúnen en pequeños verticilos, son pecioladas, ovadoelípticas, agudas, con el margen dentado y con glándulas encima de cada uno de los dientes, lámina glabra, penninervia. Las flores se disponen en corimbos apicales sobre pedúnculos, con cinco pétalos blancos redondos, cuneados en la base y con cinco sépalos ovoidales. El fruto es una drupa casi esférica, pulposa, con una semilla subesférica. Común, se cultiva en los países mediterráneos y en algunos centroeuropeos; en ocasiones se encuentra espontáneo. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Los pedúnculos.
Compuestos químicos Ácido salicílico, sales potásicas, fenoles, tanino.
Propiedades Diurético, antiuricémico.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido.
Nota Los frutos son muy apreciados y con ellos se fabrican también mermeladas y fruta confitada. Después de su fermentación se prepara una bebida de características especiales. De las heridas del tronco emerge una resina cristalizable, aromática, de color marrón, utilizada para realizar fumigaciones en casos de tos pertinaz. Las hojas maceradas y fermentadas se emplean en mezclas aromáticas de pipa. Las semillas no deben emplearse, dada la presencia del ácido cianhídrico, altamente tóxico.

251 CIRUELO

(Cat.: *pruner;* eusk.: *aranondo*)
Prunus domestica

Familia Rosáceas.
Descripción Árbol ramificado provisto de corteza de color pardo, lisa o abierta. Las hojas son alternas o bien dispuestas en verticilos, pecioladas, ovaloblongas, aserradas, cuneadas en la base. La lámina superior es glabra y la inferior, tomentosa. Las flores se reúnen en haces pedunculados, con el cáliz pentasépalo y la corola pentapétala blanca, con los pétalos redondos en la extremidad. El fruto es una drupa elipsoidal, pruinosa, que contiene una única semilla. Esta especie procede de Asia, pero está ampliamente cultivada. Puede medir hasta 8-10 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Azúcar, ácido málico, ácido cítrico, proteínas, tanino, sales, vitaminas.
Propiedades Laxante, vitaminizante.
Modo de empleo Pulpa, decocción.
Nota La corteza se utiliza ocasionalmente como febrífuga. Con las ciruelas se preparan agradables mermeladas nutritivas y licores. Con la fermentación de la pulpa y la posterior destilación se obtiene un aguardiente agradable, muy alcohólico. Las semillas no se emplean, ya que contienen amigdalina, muy peligrosa. Esta especie se emplea también en cosmética para la preparación de mascarillas nutritivas sobre pieles secas. Al igual que la almendra, la ciruela permite la extracción de un aceite comestible. Su acción laxante se debe a la pectina y a las fibras contenidas en el fruto. A menudo la pulpa se mezcla con la de tamarindo para confeccionar electuarios purgantes agradables.



252 LAUROCERASO

(Cat.: *llorer reial*)
Prunus laurocerasus

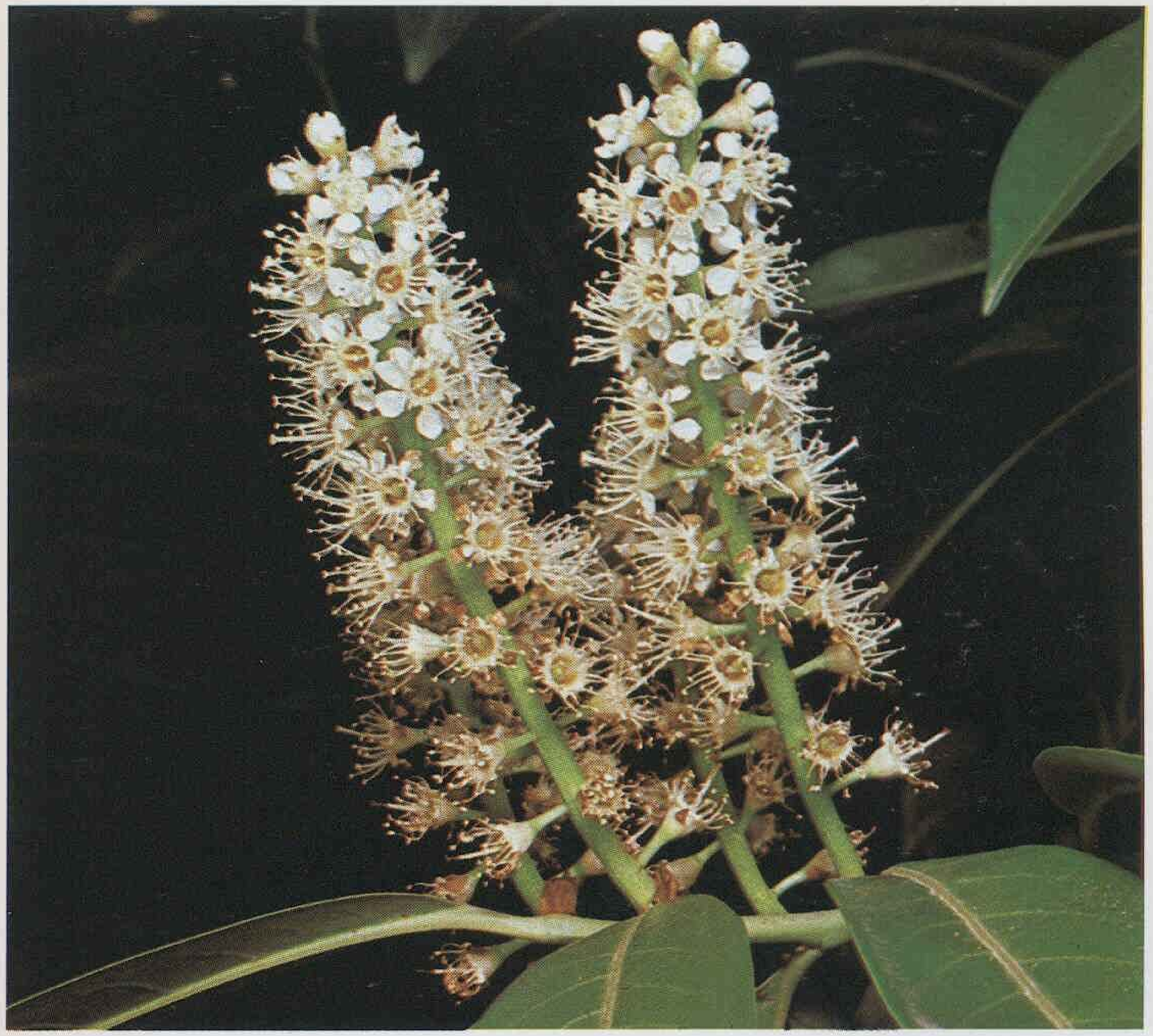
Familia Rosáceas.
Descripción Arbusto que puede alcanzar varios metros de altura, muy ramificado. Las hojas son alternas, verdes, brillantes, con la costilla central acentuada, ovadoelípticas, agudas, con el limbo dentado. Próxima al pecíolo se dispone una serie de glándulas. Las flores se agrupan en racimos que surgen de la axila de las hojas. Son hermafroditas, pentasépalas, pentapétalas, de color blanco. El fruto es una drupa negra ovalada, que contiene una semilla esférica. La planta procede de Asia. Fue introducida en Europa a partir de 1676, y en la actualidad está ampliamente extendida por los jardines como planta ornamental. Es muy rara en estado espontáneo. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Laurocerasina, tanino, azúcar.
Propiedades Antiespasmódico, sedante, tosífugo.
Modo de empleo Agua cohobada, fumigaciones, infusión, jarabe, polvos.
Nota Es una planta venenosa que transforma la laurocerasina en ácido cianhídrico. El uso de la planta es incompatible con la cocaína, la quina, cafeína y caseína. Los frutos, que de jóvenes son muy venenosos, pueden utilizarse una vez maduros para preparar licores de agradable gusto a almendra, a condición de que se emplee únicamente la pulpa. Por vía externa, la planta se usa como antipruriginosa y antálgica en los dolores locales. El agua cohobada, que no es más que agua destilada concentrada, se utiliza en los accesos de tos, puesto que posee una innegable acción calmante.

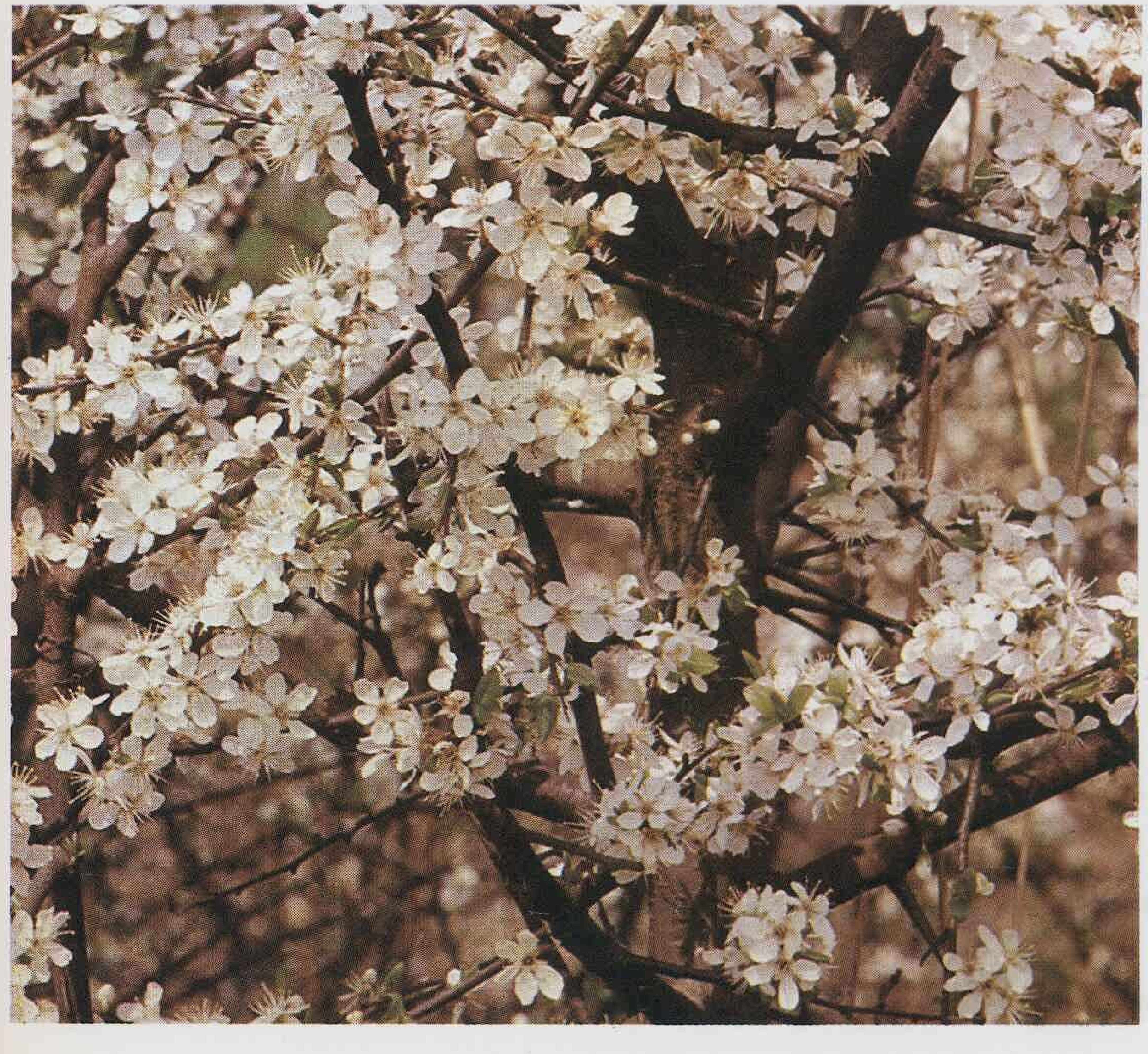
---

253 ENDRINO

(Cat.: *aranyó;* eusk.: *sasi-okaran*)
Prunus spinosa

Familia Rosáceas.
Descripción Arbusto de aspecto retorcido y ramas espinosas de color negruzco. Las hojas son alternas, ovales, elípticas, con el margen aserrado y estípulas lineares. Las flores, que aparecen antes que las hojas, son blancas, pequeñas, generalmente solitarias, pentapétalas con numerosos estambres. El fruto es una drupa esférica de color azul oscuro, pruinosa, con poca pulpa y de color verdoso, con semilla grande y amarilla. Muy común en estado espontáneo en todos los lugares, puede alcanzar hasta tres metros de altura en suelos adecuados. Se recolecta de mayo a setiembre.
Partes utilizadas Flores, corteza, hojas, drupa.
Compuestos químicos Tanino, amigdalina, aceite esencial, quercitina, goma, sales, azúcares.
Propiedades Astringente, depurativo, laxante, febrífugo.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, infusión, tintura.
Nota Con las drupas se preparan numerosas variedades de licores, y mediante fermentación puede obtenerse una especie de aguardiente. Las flores son un eficaz laxante para niños, y se han empleado para adulterar las flores del espino blanco. El tallo se utilizaba en trabajos artesanos para la fabricación de bastones de paseo. La corteza, además de su actividad antipirética, es idónea para los trabajos de curtido por su elevada concentración de taninos. Las flores se han empleado como sucedáneo del té. Los frutos, además de proporcionar en cosmética una pulpa adecuada para la fabricación de mascarillas astringentes, sirven para preparar gustosas conservas, de sabor algo agrio aunque agradable.

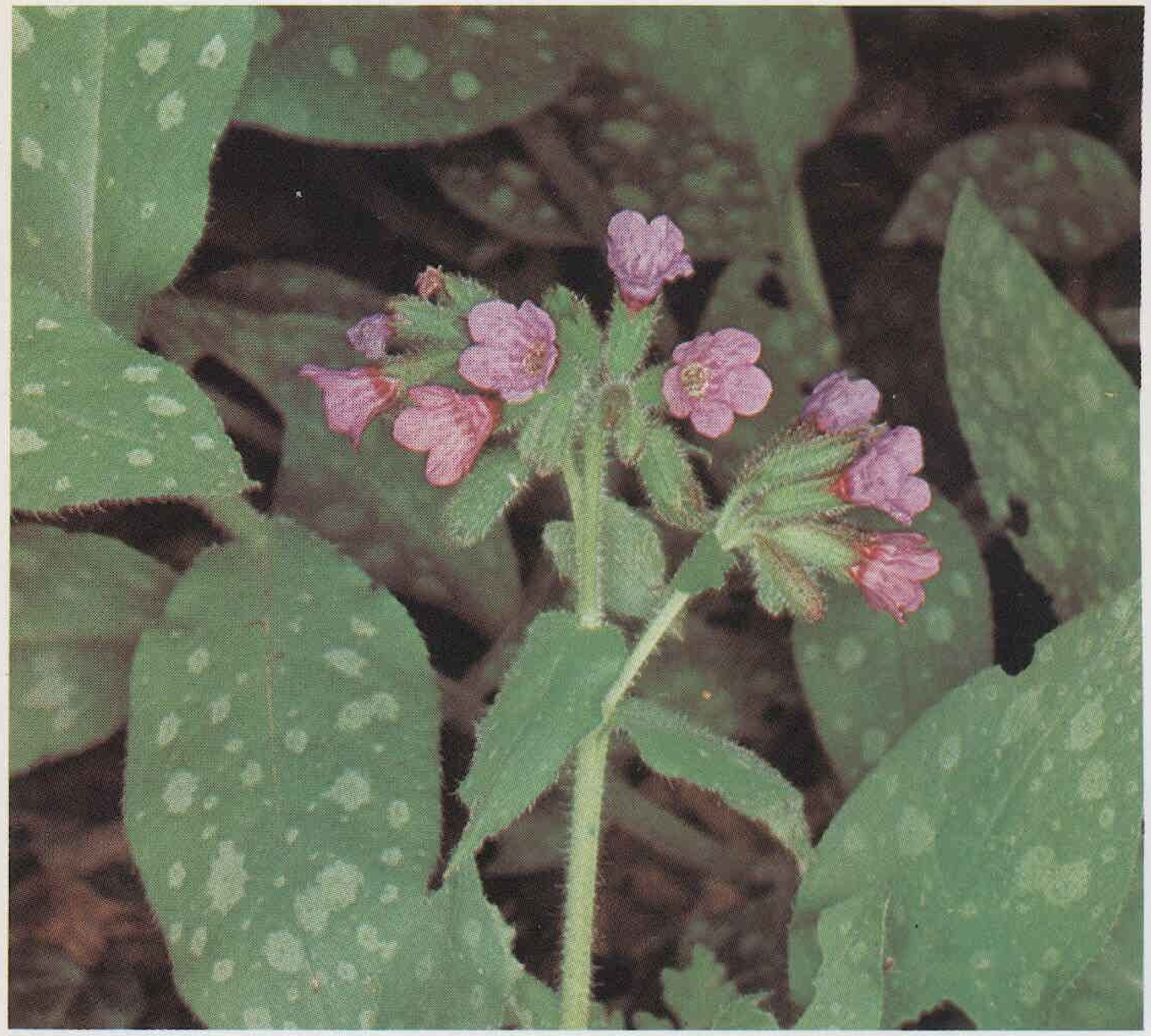




254 PULMONARIA MANCHADA

(Cat.: *pulmonària*)
Pulmonaria officinalis

Familia Borragináceas.
Descripción Planta herbácea con un rizoma cilíndrico carnoso. A nivel del cuello se establece una roseta de hojas basales de forma ovalada elíptica, pecioladas, rugosas, enteras, tomentosas, con el ápice agudo. La cara superior está manchada con zonas más claras. Las hojas superiores son sésiles. El tallo, erecto, tomentoso y frágil, en su extremidad dispone de racimos de flores rojas o violáceas. El cáliz es tubular, pentalobulado, con corola regular. El fruto es un tetraquenio oval, pubescente. Crece en los lugares húmedos, junto a los ríos y en los prados de montaña. Mide aproximadamente 30 cm. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Fitosterina, mucílagos, ácido silícico, carotenos, saponina, vitamina C.
Propiedades Béquica, diurética, diaforética, resolvente.
Modo de empleo Infusión, jarabe, cataplasma.
Nota Su nombre procede de la teoría de la señal, que pretendía reconocer en las manchas blanquecinas del limbo foliar los alveolos pulmonares. Se utilizó en licorería para la producción de aperitivos. Las hojas tiernas primaverales se emplean cocidas en las menestras. El agua destilada se ha destinado como excelente colirio para los ojos legañosos.

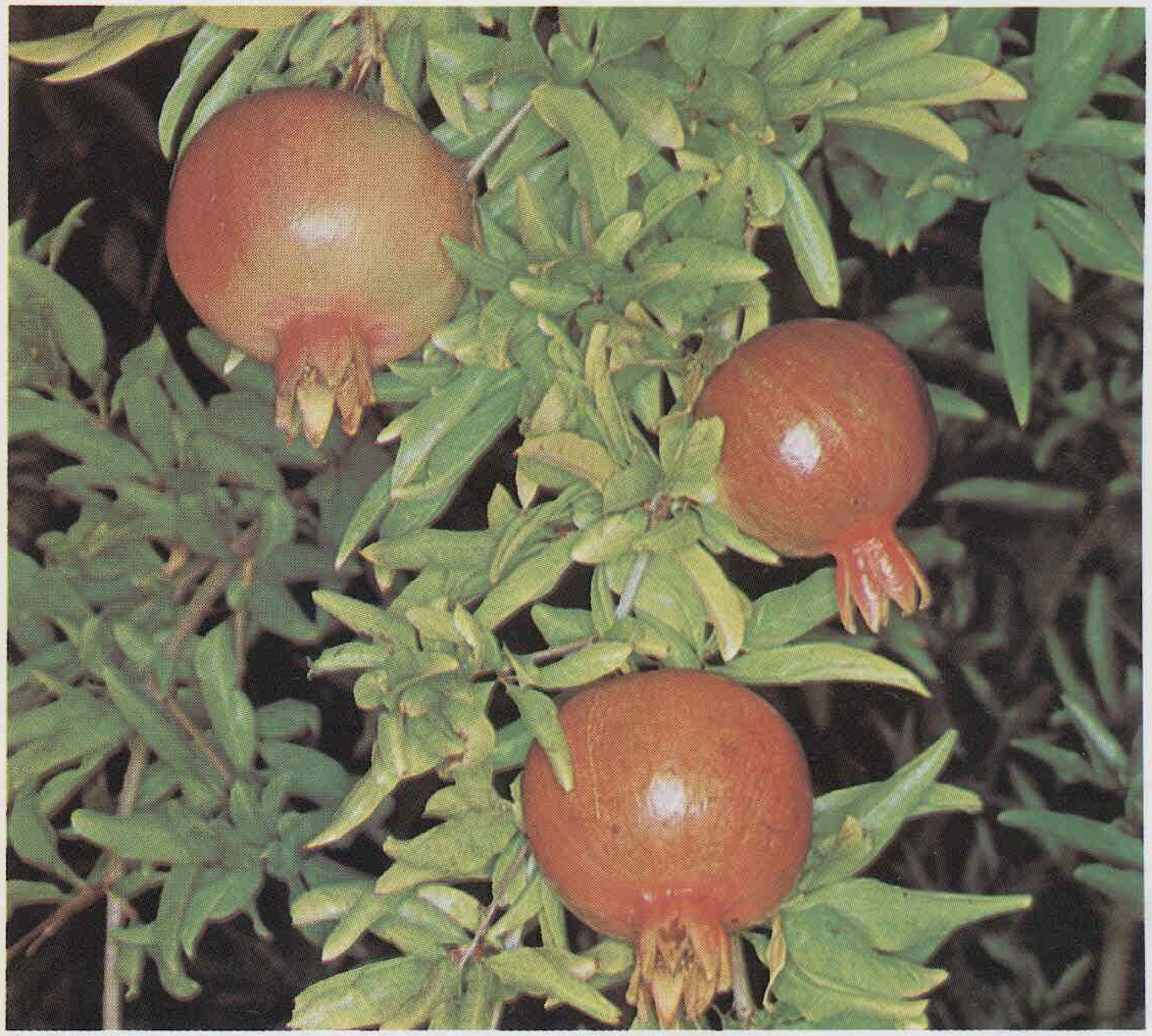


---

255 GRANADO

(Cat.: *magraner;* eusk.: *mingrana*)
Punica granatum

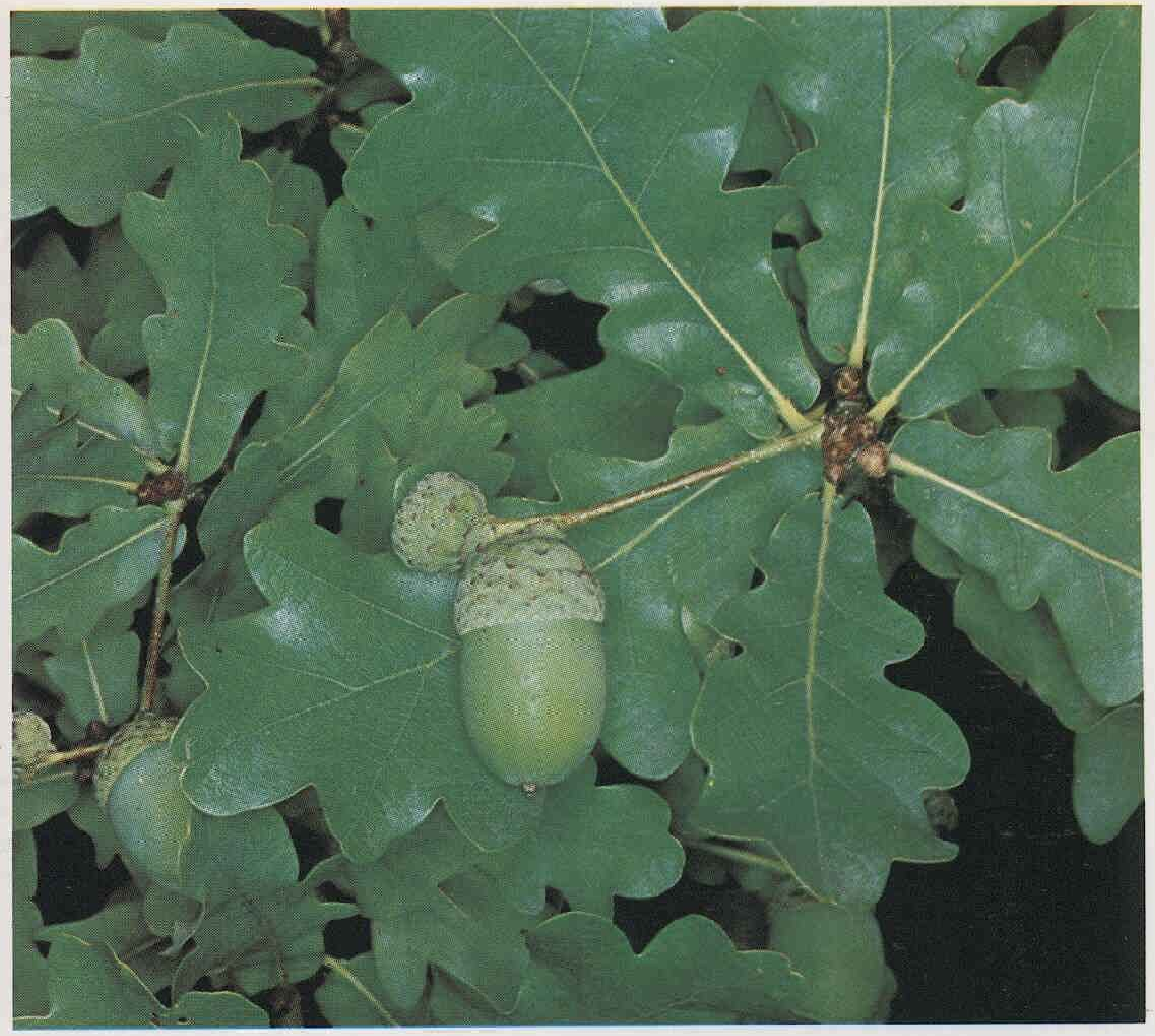
Familia Punicáceas.
Descripción Arbusto que puede alcanzar y superar los 3 m. Produce abundantes vástagos, con tallo rugoso de color gris y ramificaciones lisas. Las hojas son opuestas o están reunidas en verticilos, lanceoladas. Flores grandes, carnosas, de color rojo carmín reunidas en grupos de dos o tres. El fruto es una baya globosa, con la corteza coriácea y verrugosa, de color amarillo con jaspeados rojizos, dividida internamente en compartimientos membranosos que contienen semillas rojas o rosadas, ácidas y rugosas. Es prácticamente imposible hallar esta especie como espontánea, y crece bien en los huertos soleados. Las heladas le son muy perjudiciales. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La corteza del fruto.
Compuestos químicos Peletierina y derivados de la piridina, ácido pirogálico, ácido granatotánico, resinas, colorantes, oxalato de calcio, mucílagos.
Propiedades Tenífugo, antihelmíntico, antidisentérico.
Modo de empleo Polvos, decocción.
Nota La corteza de la raíz puede producir graves envenenamientos. La corteza de los frutos se ha empleado en curtidos y en la obtención de un colorante amarillo para los tejidos. Con las semillas se preparan bebidas refrescantes y agradables para el verano. Las flores masticadas hacen que la saliva adquiera un color violeta. En el caso de que se utilice esta especie en las parasitosis de solitaria debe hacerse bajo control médico, dada su fuerte actividad y la posible intolerancia por algunos sujetos.



256 CARVALLO

(Cat.: *pènol;* eusk.: *aritz zuri*)
Quercus robur

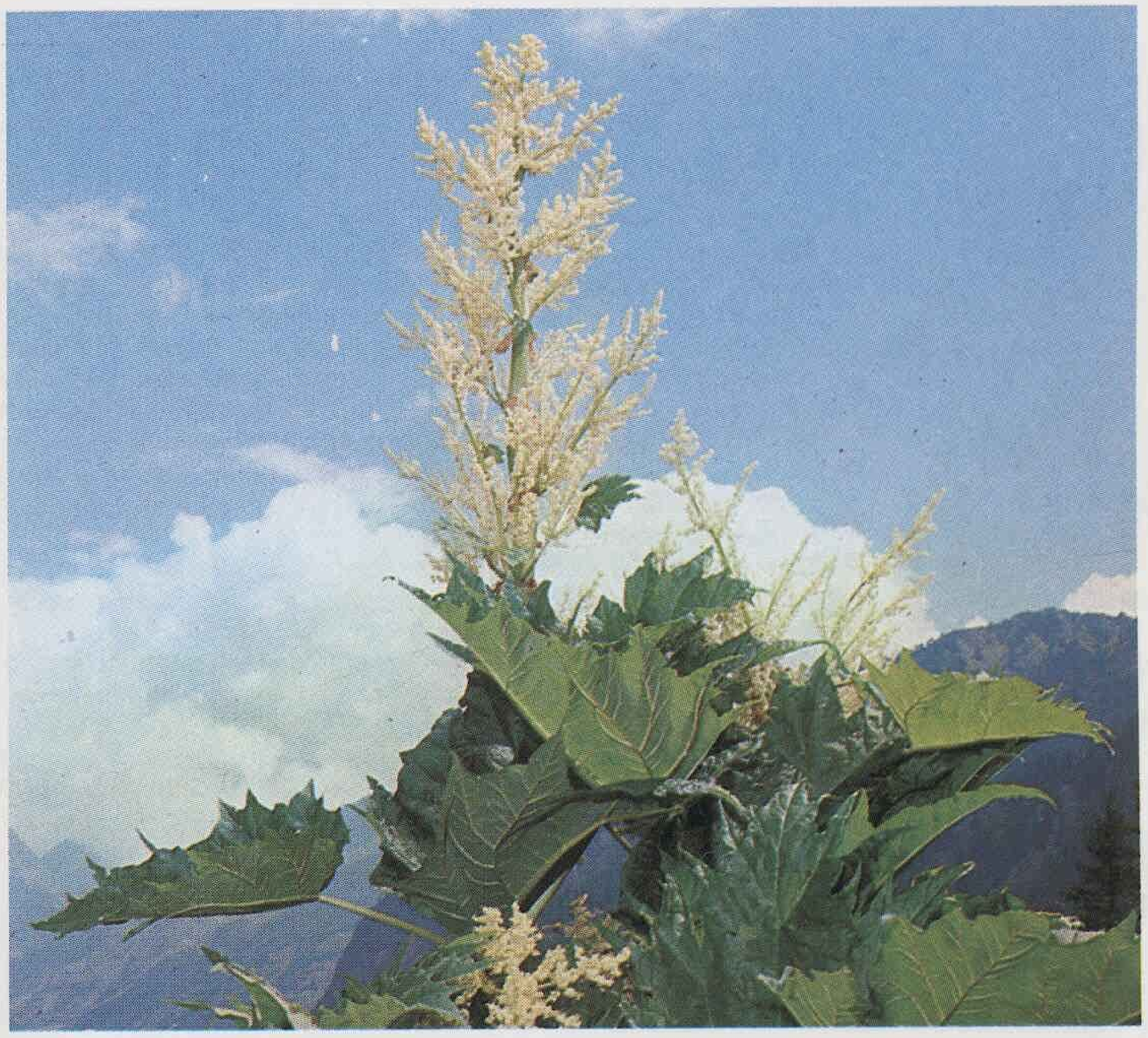
Familia Fagáceas.
Descripción Árbol grande, muy longevo, de tallo grisáceo y copa ancha. Las hojas poseen la lámina lisa, verde oscura, coriácea, ondulada, con lóbulos profundos y corto pecíolo, ligeramente ovada y con el ápice lobulado. Las flores son masculinas y femeninas. Las primeras, agrupadas sobre amentos colgantes, amarillentos, se disponen en la base de las ramas del año, con invólucro con cinco lóbulos; las segundas están formadas por escamas muy próximas, colgantes en número de dos a cinco, compuestas de brácteas que encierran al ovario. Los frutos son aquenios en forma de bellota. Muy común del mar a la montaña, conjuntamente con otras variedades. Antaño fue más abundante y se recolecta en verano.
Partes utilizadas Corteza, frutos.
Compuestos químicos Tanino, ácido gálico, resinas, sustancias amargas, ácido elágico, pectina, fluroglucina.
Propiedades Astringente, hemostático, descongestionante.
Modo de empleo Infusión, decocción, tintura, polvos, extracto fluido, enolito, melito.
Nota Con las agallas (excrecencias producidas por la picadura de los insectos), se preparaban antaño tintas inalterables en el tiempo. Las bellotas, después de un proceso de torrefacción, servían como sucedáneo del café. La corteza se utiliza industrialmente para preparar el curtido de pieles. Las hojas se aprovechan como base para disponer los lechos en los establos y como forraje para el ganado bovino.



257 RUIBARBO PALMEADO

(Cat.: *ruibarbre*)
Rheum palmatum

Familia Poligonáceas.
Descripción Planta herbácea perenne que mide un par de metros de altura, con rizoma grande y numerosas raíces. Las hojas son basales, con pecíolo robusto que se ensancha en la base hasta abrazar el tallo. La lámina foliar es grande, dividida en cinco lóbulos y amplios dientes. La nerviación es muy aparente. Las flores se reúnen en espigas, con seis tépalos de color amarillo claro y nueve estambres. Los frutos son aquenios colgantes revestidos por una delicada membrana. Procede de China, pero se cultiva en varias zonas. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Antraquinónicos y antranólicos: reumemodina, ácido crisofánico, reína, oxalato de calcio, azúcares, pectina, resina.
Propiedades Laxante, purgante, amargo, colagogo, colerético.
Modo de empleo Polvos, infusión, extracto fluido, enolito, tintura, jarabe, píldoras.
Nota Se emplea en las preparaciones de licores por su aroma agradable y sus propiedades digestivas. También se preparan conservas con los pecíolos de las hojas, agradables y laxantes. Los pecíolos pueden consumirse también frescos. Su acción purgante se asemeja a la del sen y del arraclán.



258 RODODENDRO

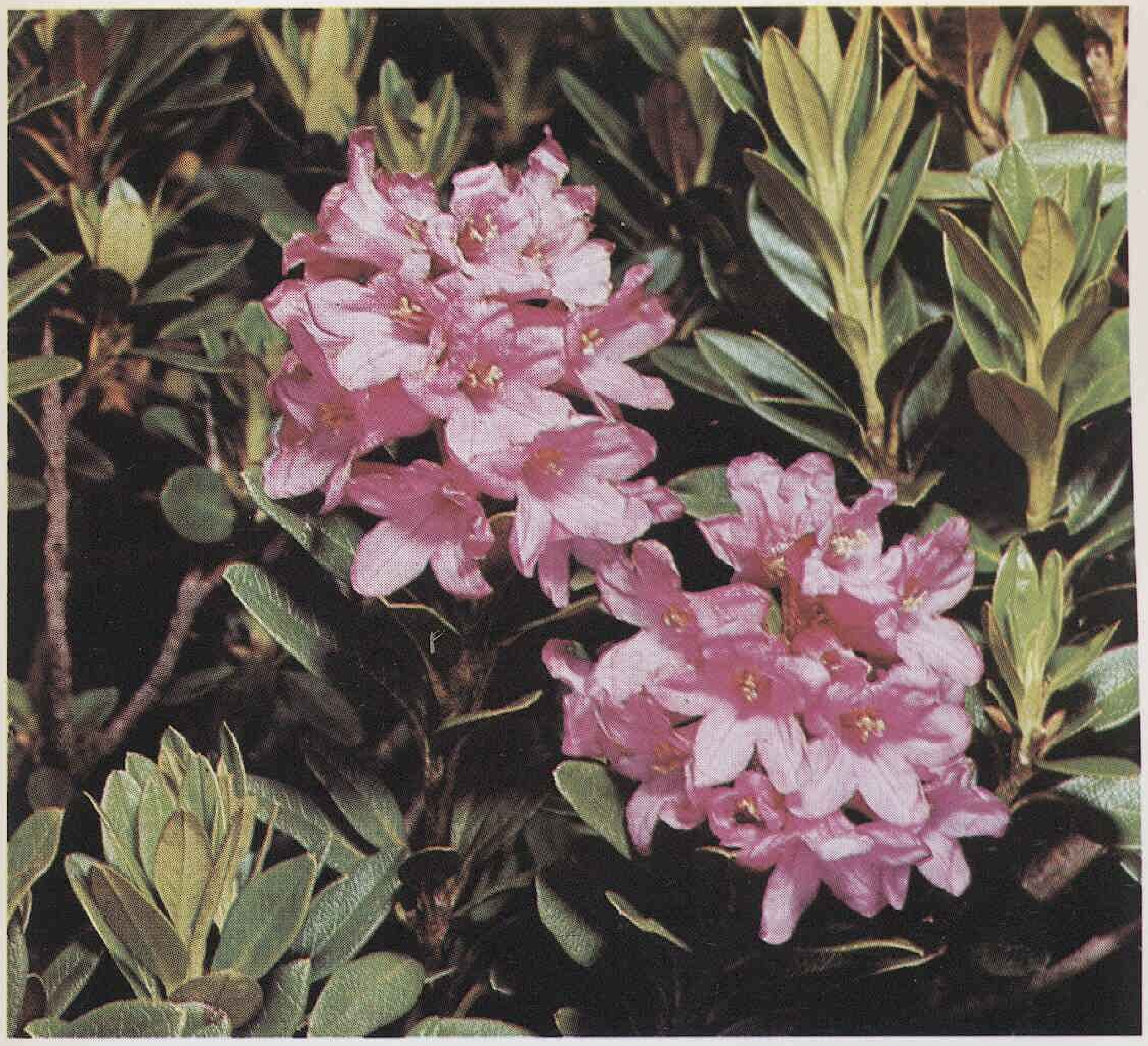
(Cat.: *rododèndron*)
Rhododendron ferrugineum

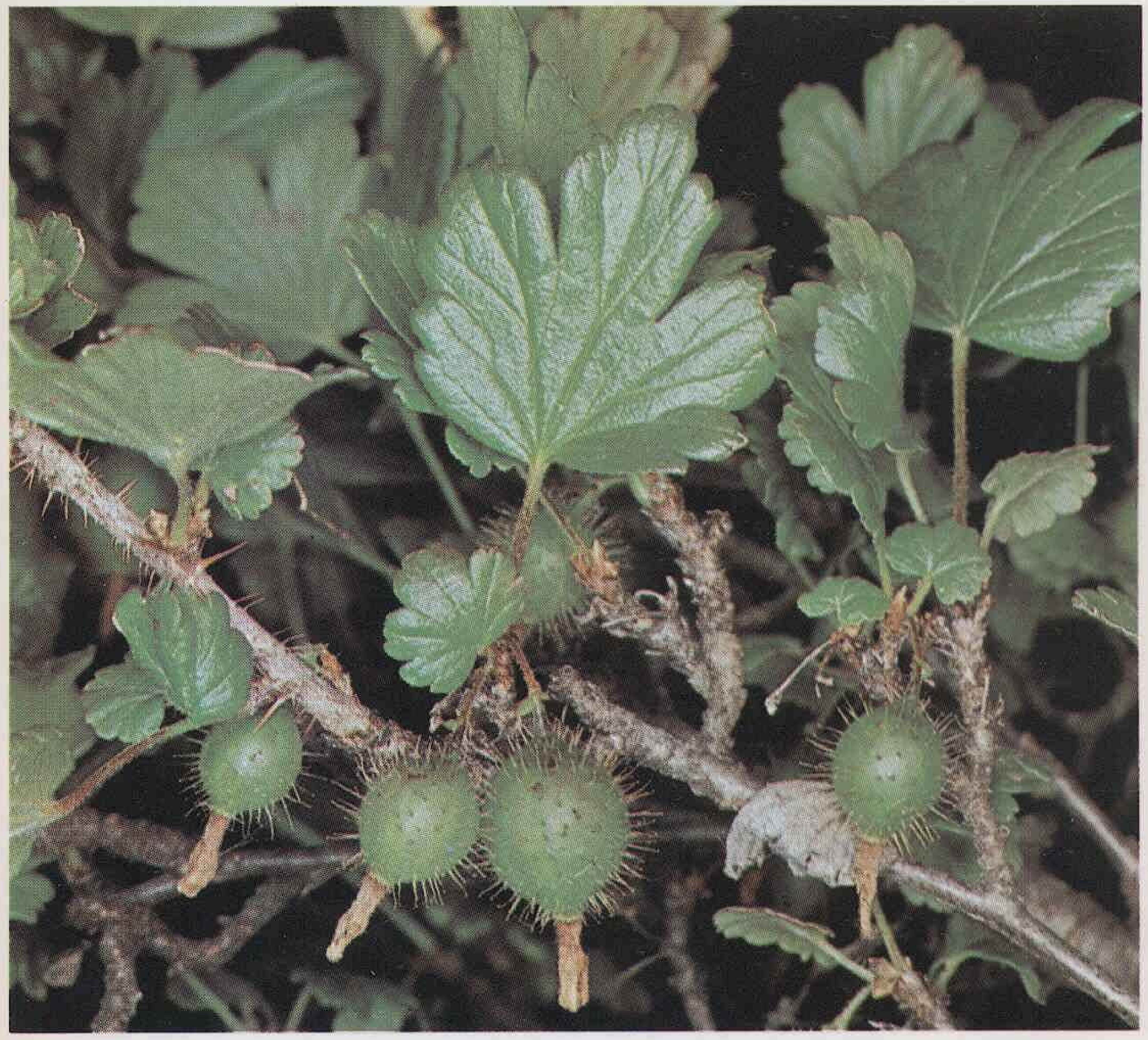
Familia Ericáceas.
Descripción Arbusto perenne, de forma cespitosa, poco ramificado, con hojas coriáceas, verdes en la cara superior y rojizas en la inferior. Las flores se disponen en corimbo, tubulares, con la corola acampanada pentapétala, de color rosado o rojo, con diez estambres y ovario con cinco lóculos. El fruto es una cápsula oblonga portadora de numerosas semillas aplastadas. Común en los bosques montanos y en los pastos silíceos. Puede alcanzar 25 cm de altura y se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Hojas, agallas.
Compuestos químicos Arbutina, ericolina, rodoxantina, resina, glucosa.
Propiedades Diurético, antirreumático, antineurálgico.
Modo de empleo Infusión, oleolito.
Nota El rododendro, junto a otra especie próxima *(R. hirsutum)*, es muy empleado en la medicina homeopática, que utiliza diversas dinamizaciones para la curación de algunas meteoropatías. Junto con el brezo, se emplea actualmente en numerosas afecciones de las vías urinarias, aunque es desaconsejable por haber producido diversos envenenamientos. Algunas sustancias que contiene actúan como herbicida, y sería interesante realizar un estudio más profundo de estas propiedades. Las agallas, producidas por la picadura de insectos, se maceran en aceite. El producto así obtenido, denominado «aceite de marmota», posee acción antineurálgica y antálgica en todas las manifestaciones de tipo reumático. Las flores presentan las mismas propiedades que las hojas.

259 UVA ESPINA

Ribes grossularia

Familia Saxifragáceas.
Descripción Arbusto muy ramificado y espinoso. Las hojas son fasciculadas, palmadolobuladas, con lóbulos ovales y aserrados, glabras. El pecíolo presenta en la base varias espinas. Las flores están sostenidas por pequeños pedúnculos y presentan el cáliz acampanado y pentasépalo. La corola es pentapétala, de color blanco, con cinco estambres y de dos a cinco estilos. El fruto es una baya globosa, verdosa, con espinas, estriada, y con el ápice formado por pétalos secos. Contiene numerosas semillas, pequeñas y albuminosas. Esta especie puede medir más de 1 m y se recolecta en verano. Es común tanto en estado espontáneo como cultivada, en setos y zonas montañosas, en lugares húmedos y calcáreos.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Tanino, ácido cítrico, ácido málico, ácido tartárico, pectina, goma.
Propiedades Laxante, adelgazante.
Modo de empleo Zumo, jarabe.
Nota Con la uva espina se preparan exquisitas gelatinas y conservas de fácil digestión. Algunas poblaciones preparan con el zumo una especie de vino acídulo y agradable. Las hojas con abundante tanino se emplean en decocciones astringentes en las disenterías y en forma de cataplasma sobre las heridas. Con la pulpa de las bayas se preparan mascarillas con efecto detergente sobre las pieles grasas.

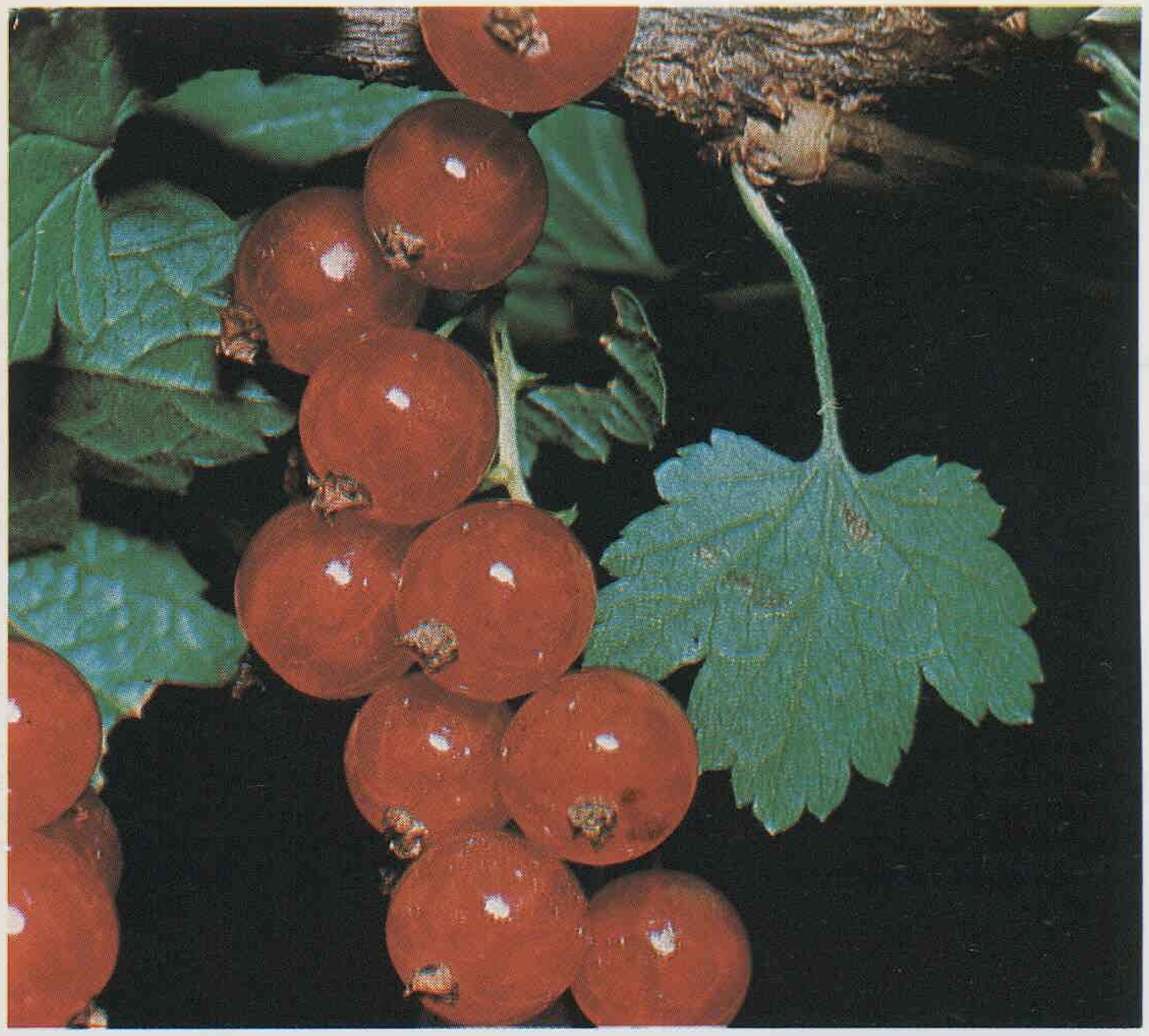




260 GROSELLERO

(Cat.: *riber roig;* eusk.: *andere-mahats*)
Ribes rubrum

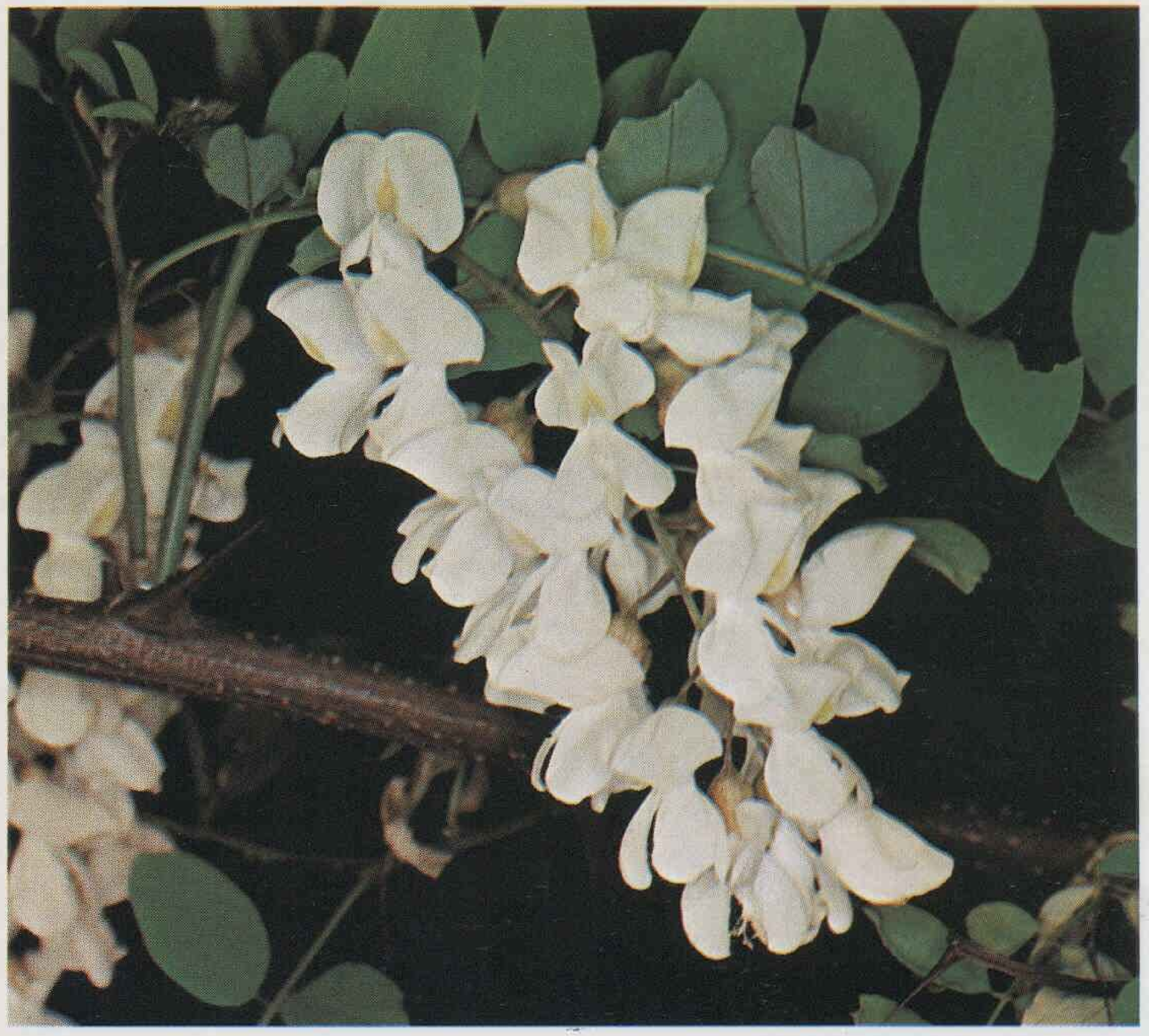
Familia Saxifragáceas.
Descripción Arbusto que puede superar el metro de altura, muy ramificado, con la corteza de color ceniza, glabra. Las hojas son palmatolobuladas, acorazonadas en la base, con el pecíolo largo y pubescente, lóbulos ovales y obtusos, con grandes dientes, glabras en la cara superior, pubescentes en la inferior. Las flores se disponen sobre racimos colgantes. Cáliz pentasépalo, corola pentapétala, con cinco estambres. El fruto es una baya de color rojo rubí, brillante, que contiene numerosas semillas esferoidales. Crece espontánea en los setos de las zonas húmedas y umbrías. Se cultiva también en los huertos de montaña media. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Ácido cítrico, ácido. málico, ácido succínico, mucílagos, pectina, sales, vitaminas A, B1, B2 y C.
Propiedades Diurético, laxante, vitamínico, depurativo.
Modo de empleo Jugo, jarabe, cataplasma.
Nota Con los frutos se preparan gustosas mermeladas y gelatinas, así como una variedad de vino muy apreciada en algunas zonas. Las hojas encuentran aplicación, junto con las del grosellero negro, en las afecciones de tipo reumático en forma de decocción o de extracto fluido, y en acción externa como cataplasma en las dislocaciones. Con los frutos se disponen mascarillas reforzantes para pieles delicadas. Si se comen los frutos después de otros platos, favorecen la digestión y actúan de ligero laxante.



261 ACACIA

(Cat.: *acàcia*)
Robinia pseudoacacia

Familia Leguminosas.
Descripción Árbol provisto de raíz gruesa, serpenteante, estolonífera, tronco muy ramificado, con la corteza de color pardo, hendida. Las ramas son aculeadas y sostienen hojas imparipinnadas con folíolos verdes claros, elípticos. Las flores cuelgan en racimos muy perfumados, con el cáliz provisto de dientes triangulares y corola blanca. El fruto es una legumbre plana y coriácea, que contiene semillas oblongas negruzcas. Esta especie procede de América, y actualmente es muy común por doquier, como árbol de sombra y ornamental. Puede alcanzar 8-10 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Corteza, hojas, flores.
Compuestos químicos Corteza: robina, emulsina, ureasas, fitosterina, colorante. Hojas: robinina, quercitrina, sales. Flores: esencia, robinina, inositol, asparragina.
Propiedades Corteza: emética. Hojas: colagogas, eméticas. Flores: laxantes, antispásticas.
Modo de empleo Polvos, infusión, enolito, tintura.
Nota Conviene no utilizar la corteza debido a la presencia de robina, que puede producir envenenamientos. Las flores se aprovechan en la preparación de mermeladas y champúes. La madera se utiliza en trabajos de tornería y ebanistería. La esencia de las flores, muy apreciada, interviene en diversas composiciones de perfumería. Contiene: linalol, heliotropina, terpinol, nerol. Las flores son apíferas. Las semillas proporcionan aceite desecante.



RICINO

(Cat.: *ricí*)
Ricinus communis

Familia Euforbiáceas.

Descripción Planta arbustiva originaria de las áreas tropicales, introducida prácticamente en todas las regiones del mundo. Posee raíz axonomorfa y tallo erguido que, según las calidades del sustrato, puede permanecer herbáceo o lignificarse; fistuloso, ramificado, de color rojo oscuro. Las hojas son alternas, provistas de estípulas en la base del largo pecíolo cubierto de glándulas, palmatopartidas en siete a nueve lóbulos lanceolados, dentados, de los que el mediano es de mayor tamaño. Las flores son monoicas y forman glomérulos en racimos terminales en espiga. Los glomérulos superiores son los portadores de las flores masculinas, mientras que los inferiores llevan las femeninas. El perianto es gamopétalo y pentalaciniado. El fruto es una cápsula trilobular, dehiscente, con tres cavidades, cada una de las cuales contiene una semilla lisa rojiza o parda, brillante, elíptica, convexa por una cara y plana por la otra. Una de las extremidades está cubierta por una especie de carúncula carnosa. El tegumento y los cotiledones son planos y delgados. La planta puede alcanzar los 10 m de altura en las zonas de procedencia. Se recolecta en

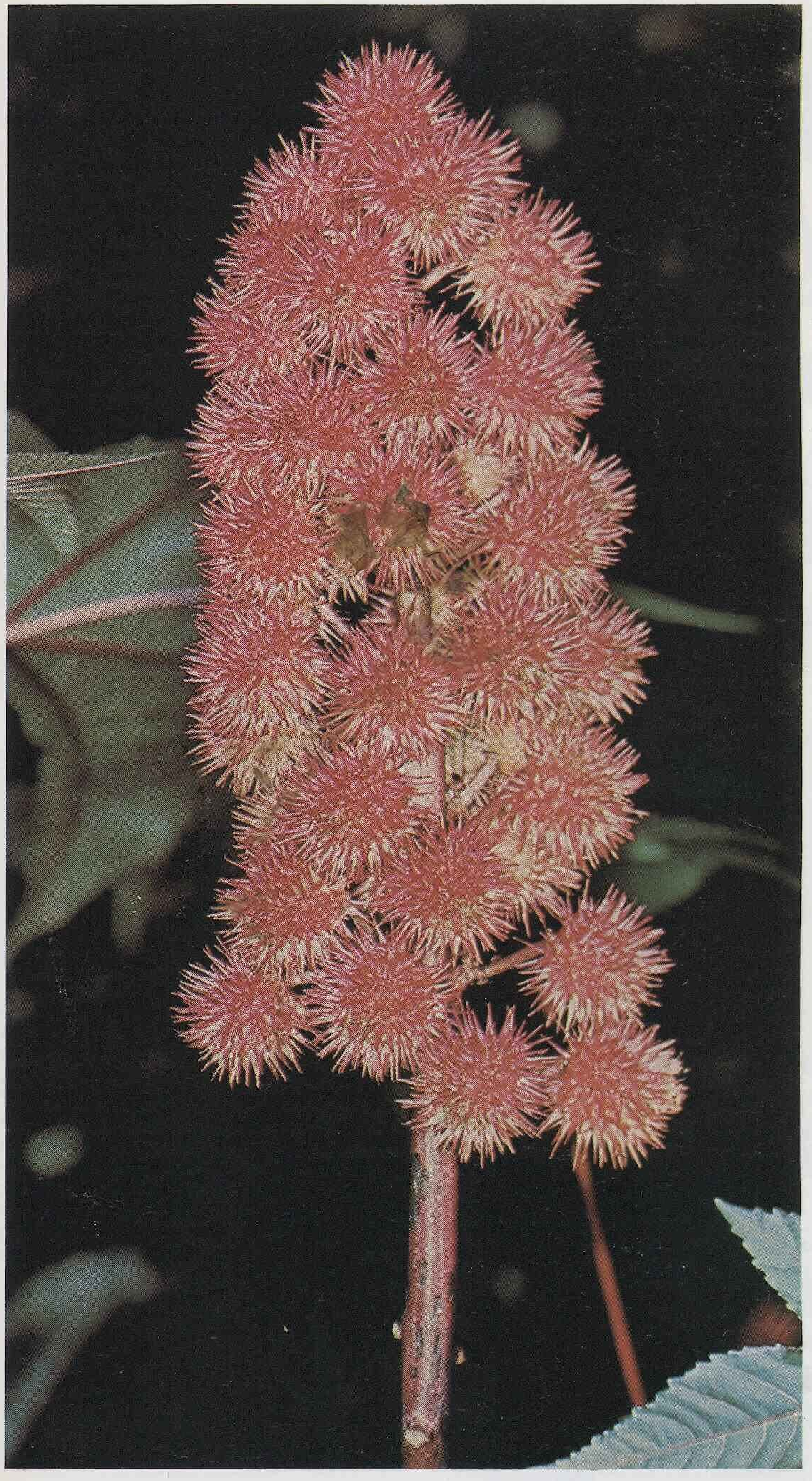
Partes utilizadas Las semillas

Compuestos químicos Ricina, ricinina, lipasa, ricinoleína, proteínas, quimasas, palmitina, ácido ricinoleico, ácido isorricinoleico. ácido toxiestearico

Propiedades Purgante, emoliente.

Modo de empleo Aceite, cápsula, lavativa, pomadas, supositorios.

Nota Al exprimir en frío las semillas sin vaina se obtiene aceite de ricino, y en los desechos queda la temible fitotoxina ricina, tan venenosa como la estricnina. El aceite es completamente atóxico, y puede utilizarse como un purgante suave, a pesar de que su gusto y sabor son nauseabundos. Las semillas no deben jamás comerse: cinco o seis son suficientes para matar a un muchacho, y diez matan a un hombre, sin posibilidad de salvacion dada la falta de un antídoto específico. Los mismos restos después de la extracción del aceite, se emplean como abono o como alimento para el ganado, después de un tratamiento que permita eliminar la ricina. El aceite de ricino no produce congestiones, estimula la mucosa entérica y los movimientos peristálticos, con la simultánea lubrificación de las paredes intestinales. Es indicado en los casos de estreñimiento tanto infantil como de gestantes. El aceite encuentra también otras aplicaciones. En efecto, se ha utilizado en mezcla para motores de precisión como lubricante, como desecante en pinturas y como base para la fabricación de jabones emolientes. En farmacología se emplea también para preparar compuestos adecuados para combatir la calvicie, y desarrolla una acción antiseborreica considerable. La planta se cultiva por la belleza de su aspecto y por las hojas, que no rebasan la altura de 5 m. Se afirma que esta planta es desagradable para las moscas, y que basta tener una en casa para librarse de este insecto. También se ha empleado para la obtención de fibras con destino a la fabricación de cuerdas. El aceite de ricino es a menudo adulterado con aceites procedentes de otras euforbiáceas que pueden provocar irritaciones intestinales. Una adulteración común consiste en mezclar aceite de ricino con aceite de crotón, mucho más activo, pero también más drástico.



263 ROSAL SILVESTRE

(Cat.: *roser salvatge;* eusk.: *andarrai*)
Rosa canina

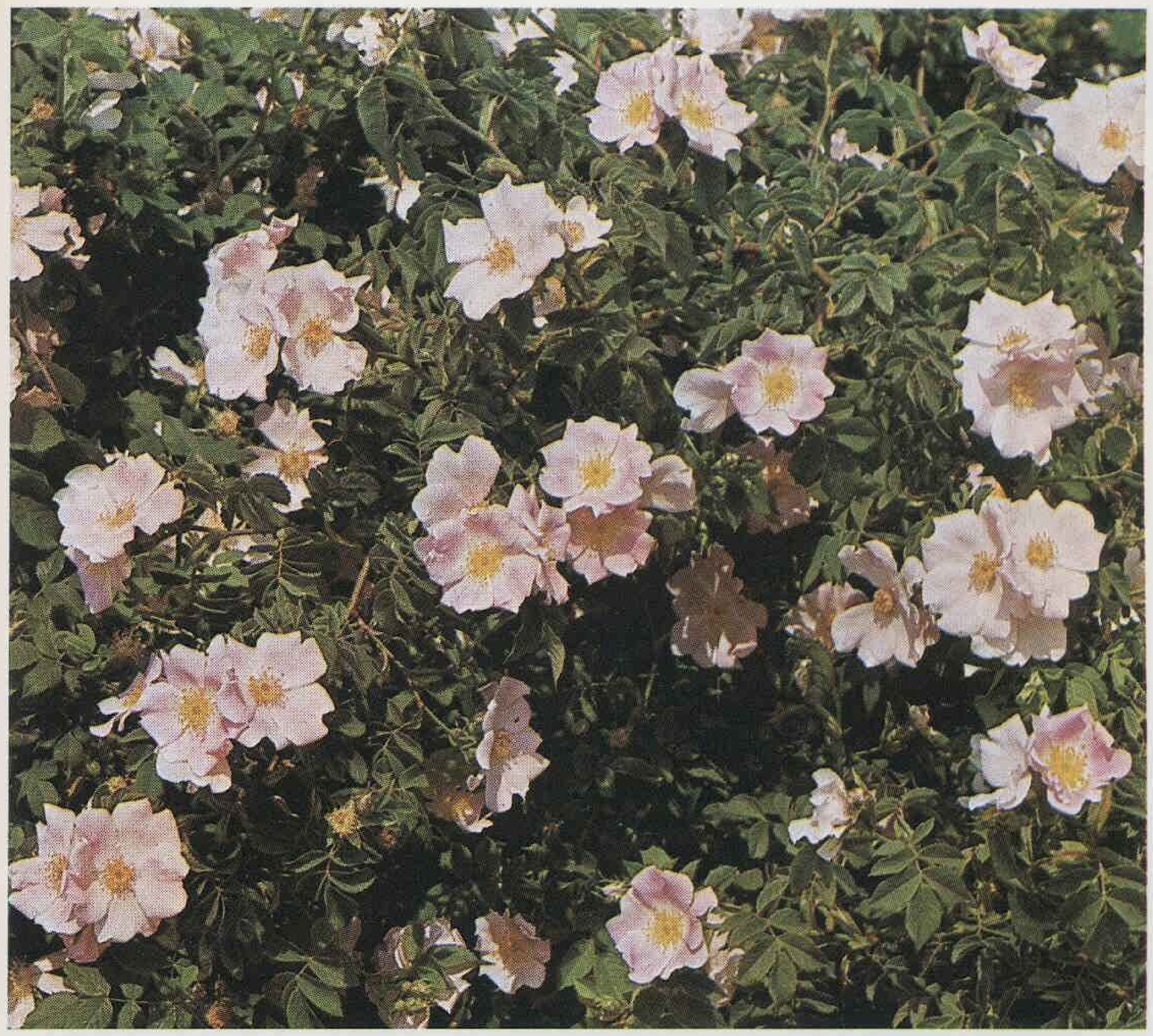
Familia Rosáceas.
Descripción Arbusto en forma de mata, con raíz fibrosa, larga y de tallo ascendente, erguido o inclinado, aculeado, muy ramificado. Las hojas son imparipinnadas, con folíolos ovales o elípticos con el ápice agudo. Presenta estípulas unidas al pecíolo en toda su longitud. Las flores se disponen solitarias o bien se agrupan en corimbos, con sépalos triangulares y cinco pétalos de color blanco, blanco rosado y rosa. Los estambres son muy numerosos. El fruto es un aquenio. Varios aquenios quedan incluidos en un receptáculo carnoso de forma más o menos elipsoidal, con el ápice aplastado. Este falso fruto se conoce con el nombre de cinorrodon. Frecuente del llano al monte. Se recolecta en mayo y en octubre.
Partes utilizadas Pétalos, cinorrodon, agallas.
Compuestos químicos Tanino, ácido gálico, esencia, ácido cítrico, vitamina C.
Propiedades Laxante, oftálmico, diurético, litóntrico.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, jarabe, conserva, tintura, agua destilada, esencia, polvos.
Nota La esencia es de color amarillo, con un rendimiento del 0,2 %. Contiene geraniol, citral, nerol, eugenol, citronelol. El agua destilada se utiliza mucho como loción algo astringente sobre pieles delicadas. Las agallas proporcionan unos polvos denominados «bedegar», con acción litóntrica. Las hojas se emplean como sucedáneo del café o bien sirven para formar mezclas para pipa. Con los pseudofrutos se preparan excelentes mermeladas después de quitar las pieles y los frutos. Las semillas contienen aceite y presentan acción vermífuga. Los pétalos se emplean a su vez para preparar un colirio y también para conservas perfumadas.

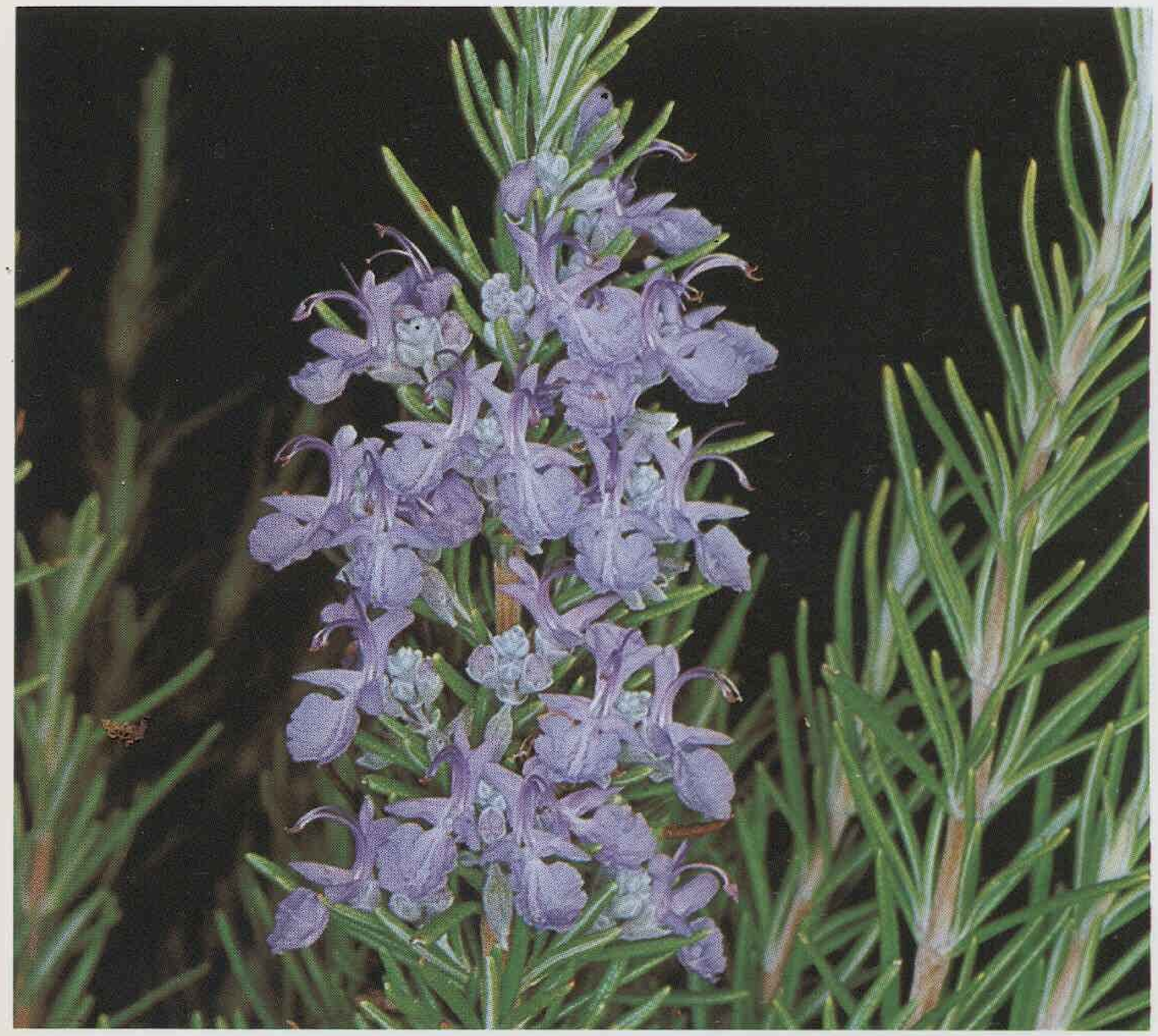
---

264 ROMERO

(Cat.: *romaní;* eusk.: *erromeru*)
Rosmarinus officinalis

Familia Labiadas.
Descripción Del latín *ros-marinus,* rocío de mar, por las zonas en las que crece. Subarbusto perenne, con tallo retorcido y raíz axonomorfa. Las ramas son angulosas y frágiles, y la corteza se separa en bandas. Las hojas son coriáceas, sésiles, opuestas, lineares, enteras, brillantes, con el borde doblado. Las flores se reúnen en espigas dispuestas en el ápice de las ramas. La corola es de color azul claro, bilabiada, con el labio superior bífido y el inferior trífido. El fruto es un tetraquenio de forma oval dispuesto en el fondo del cáliz. Crece espontáneo en las zonas litorales mediterráneas y en ocasiones se cultiva en huertos y jardines. Alcanza una altura superior al metro. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Esencia, tanino, amargo, resina, saponina.
Propiedades Estomacal, carminativo, colagogo, emenagogo, antiespasmódico.
Modo de empleo Infusión, esencia, enolito, tintura, extracto fluido, extracto seco, agua destilada, jarabe.
Nota La esencia es casi incolora, aromática, con una densidad de 0,9. Contiene pineno, canfeno, borneol, alcanfor. Su rendimiento medio es de 1,5 %. A partir de las hojas se obtiene el «agua de la reina de Hungría», utilizada en perfumería. La planta es buscada por las abejas. Con las flores se obtiene una agua destilada empleada como colirio. La esencia es antiparasitaria y combate los dolores reumáticos. En cosmética interviene en diversas creaciones adelgazantes.





265

Rubia tinctorum

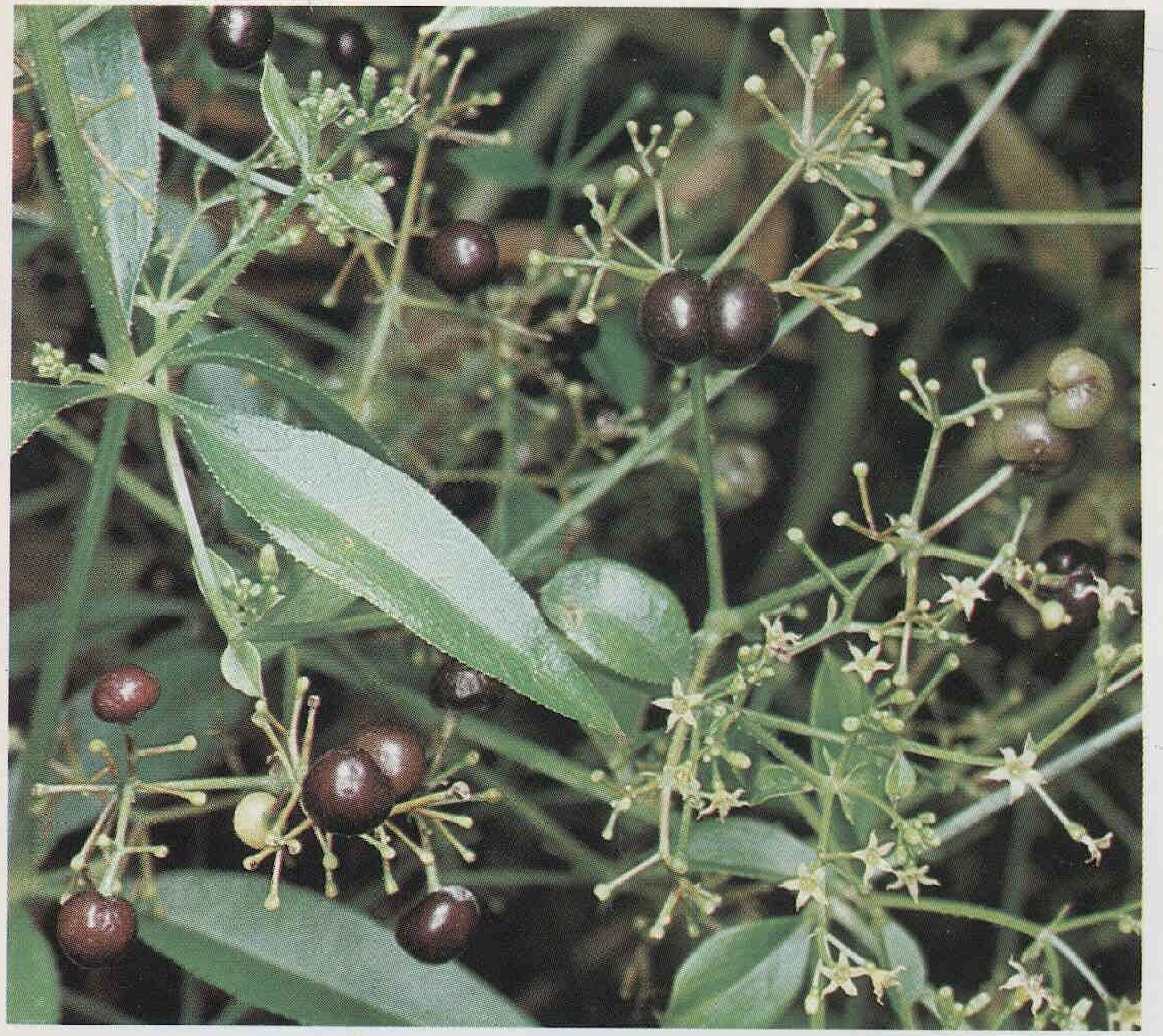
Familia Rubiáceas.
Descripción Del latín *ruber*, rojo, en relación al colorante que se obtiene de esta especie. Planta rizomatosa, con tallos de sección cuadrangular, nudosos, aculeados, rastreros. Las flores son opuestas, lanceoladas, dentadas, provistas de un pequeño pecíolo. Las hojas presentan dos estípulas con las que forman los verticilos alrededor de los nudos. Las flores se reúnen en la extremidad de las ramas. Poseen corola gamopétala con cinco lóbulos. El fruto es una baya roja primero y después negra, que contiene dos semillas subesféricas amarillas. Alcanza más de un metro de altura. Se recolecta en otoño. Abunda en lugares baldíos, en los setos y entre los escombros. Antaño era objeto de cultivo.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Rubiadina, eritrosina, ácido ruberítrico, resina, calcio, aceite.
Propiedades Colagoga, litóntrica, aperitiva, diurética, emenagoga.
Modo de empleo Decocción, polvos, extracto fluido, tintura.
Nota Hasta hace relativamente poco esta especie era objeto de cultivo para la obtención de una sustancia colorante roja. Todavía hoy, en las prácticas caseras, la decocción de la raíz se emplea para teñir los cabellos o los tejidos de color rojo. Las prescripciones a base de esta especie están contraindicadas para quienes sufren de albuminuria. Especie aperitiva. Si la planta se añade a la comida de los animales, sus huesos se tiñen de color rojo.

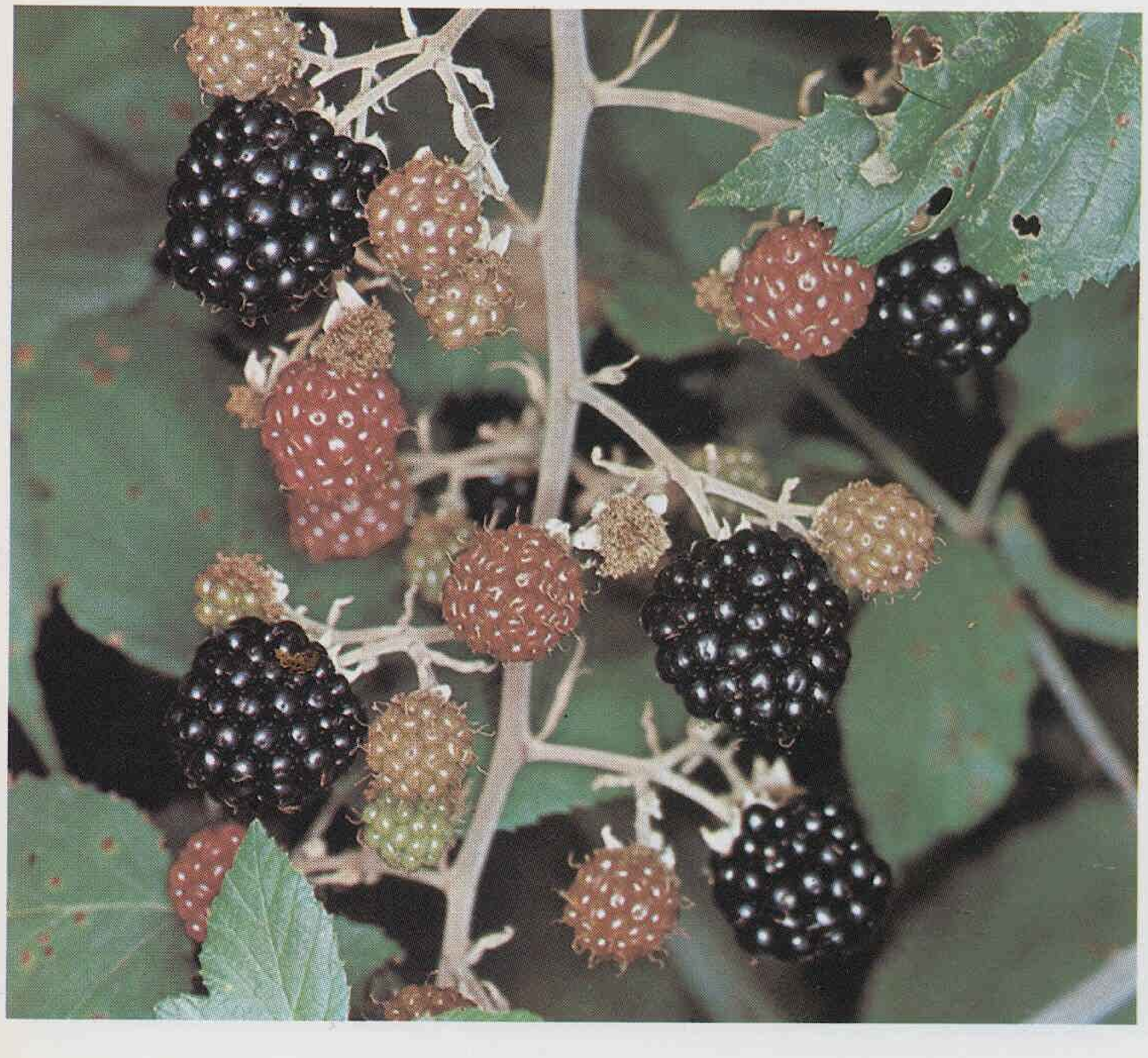
266

ZARZA

(Cat.: *esbarzer:* eusk.: *sasi*)
Rubus fruticosus

Familia Rosáceas.
Descripción Arbusto espontáneo con raíz leñosa que emite numerosos vástagos. Los tallos son leñosos, disponen de numerosas espinas y miden varios metros de longitud. De color rojizo pardo, primero son erguidos y después tumbados. Las ramas se presentan sarmentosas. Las hojas, palmeadas y pecioladas, son alternas y están compuestas de tres a cinco folíolos ovales con el limbo dentado y la cara inferior pubescente. Las flores pueden ser blancas o rosadas, y se reúnen en grupos apicales. Cinco sépalos, cinco pétalos. El fruto está compuesto por drupeolas reunidas alrededor del receptáculo, de color primero rojo y después negro al llegar a la madurez. Abunda por doquier y se propaga con sorprendente rapidez. Se recolecta durante todo el año.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Tanino, azúcar, pectina, inositol, ácido láctico, ácido oxálico.
Propiedades Astringente, depurativa, vulneraria, antidiarreica.
Modo de empleo Infusión, zumo, tintura, cataplasma.
Nota Con las moras se preparan excelentes confituras, bebidas refrescantes o gelatinas. Los brotes jóvenes, expuestos al sol, producen un líquido adecuado para las heridas por sus propiedades cicatrizantes y por presentar además una suave acción desinfectante. El té preparado con las flores y las hojas, mezclado con el de frambueso, proporciona una agradable preparación con perfume de rosa. Las raíces no muy grandes ni viejas pueden comerse después de una prolongada ebullición. Los tallos se han empleado en la fabricación de cestos.



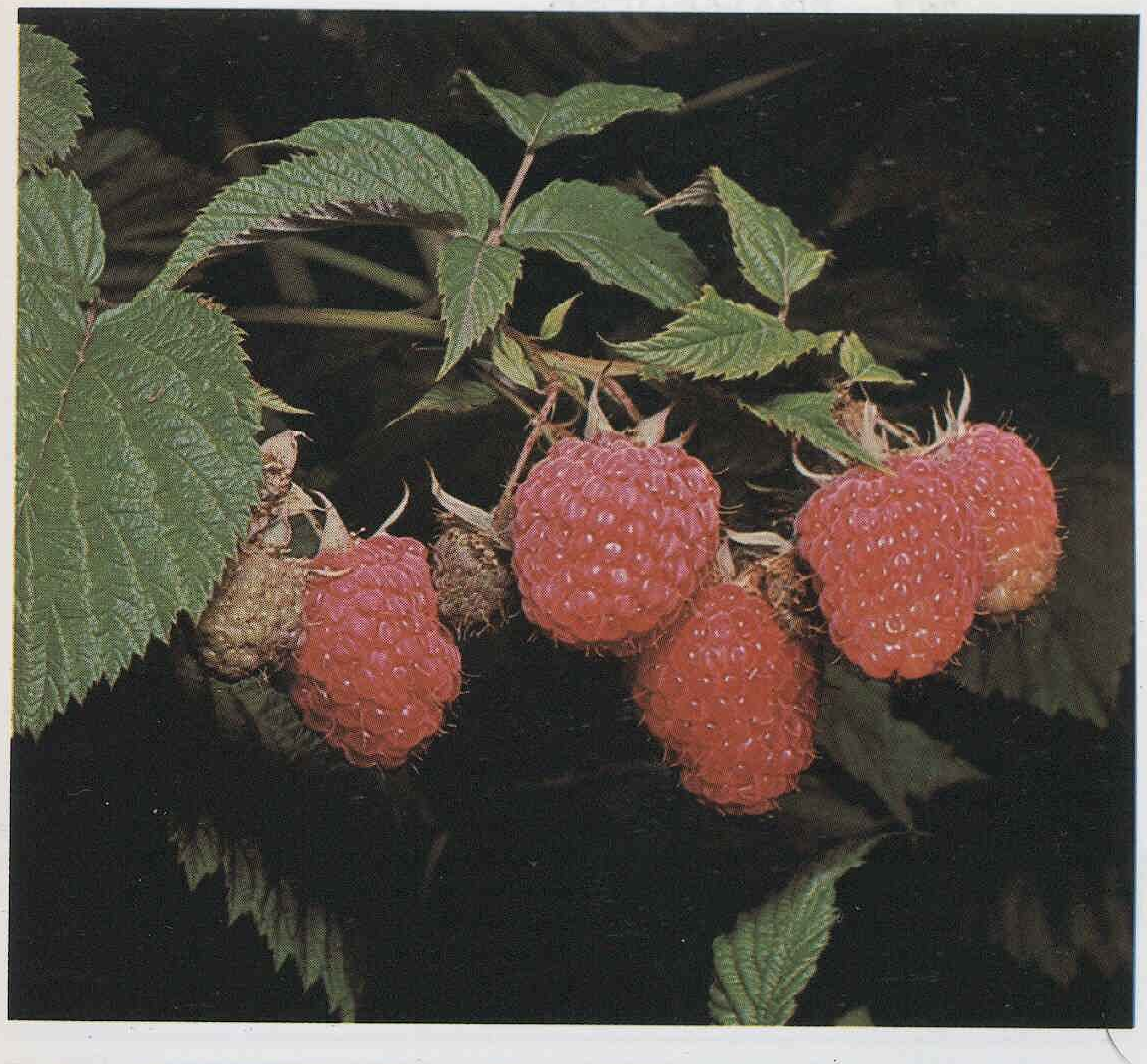


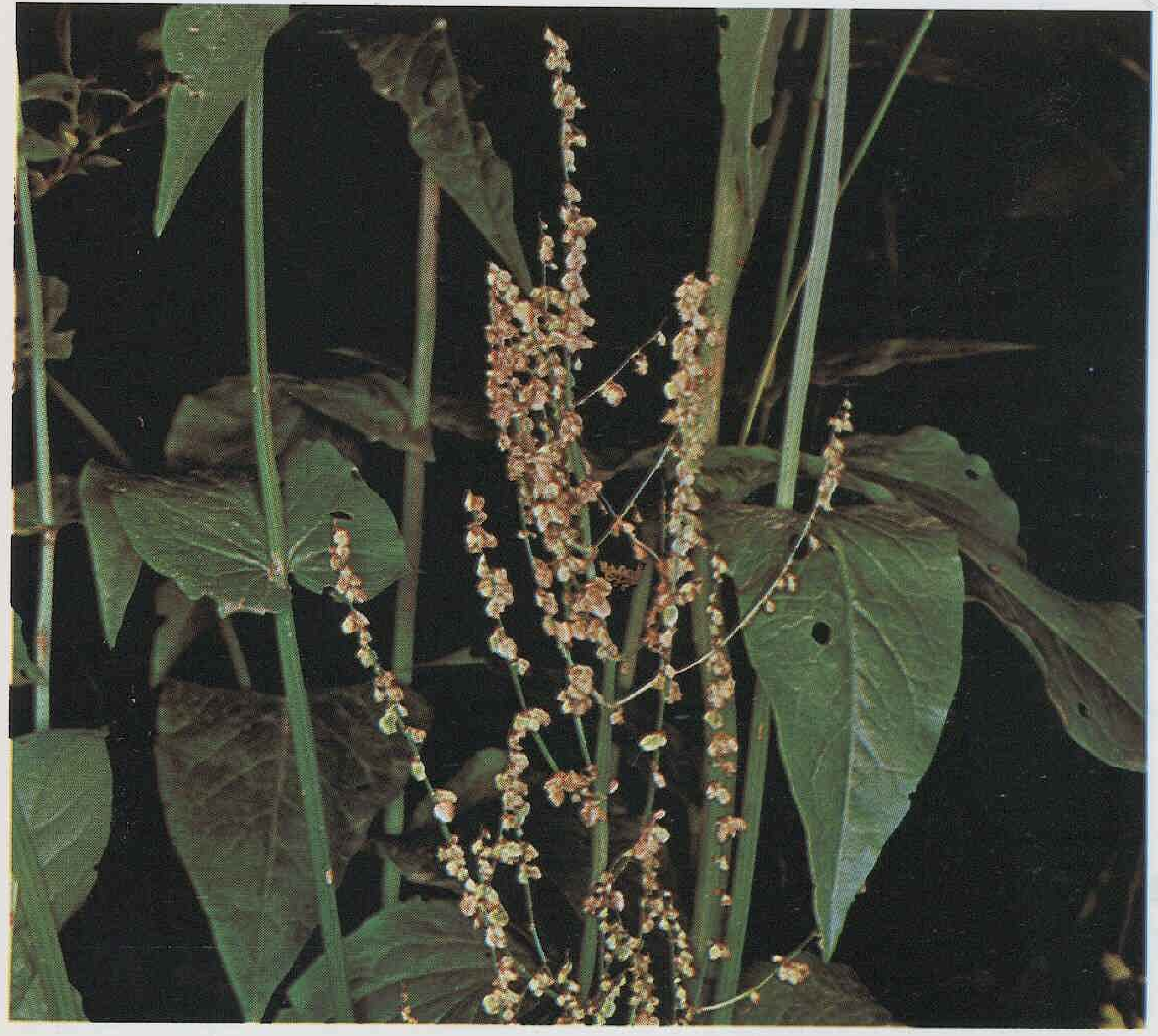
267 FRAMBUESO
(Cat.: *gerdera;* eusk.: *mugurdi*)
Rubus idaeus

Familia Rosáceas.
Descripción Arbusto con rizoma rastrero y tallos erguidos ramificados, aculeados, con la corteza blanquecina. Las ramas son flexuosas. Las hojas adoptan una disposición alterna, son imparipinnadas, con folíolos ovadolanceolados, margen aserrado, pecíolo acanalado, cara inferior tomentosa. Las flores se disponen en la axila de las hojas o bien en el ápice de las ramas. Cáliz pentasépalo, con la corola pentapétala de color blanco. El fruto está compuesto por pequeñas drupas, globosas, perfumadas. La planta alcanza a menudo los dos metros de longitud. Frecuente espontánea al borde de los bosques, en lugares baldíos húmedos o bien cultivado en los huertos. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Hojas y frutos.
Compuestos químicos Tanino, ácido oxálico, pectina (hojas). Ácido málico, oxálico, tartárico, esencia, azúcares, vitaminas, ácido salicílico (frutos).
Propiedades Astringente, descongestionante, oftálmico (hojas), diurético, calmante de la sed, antiescorbútico, refrescante (frutos).
Modo de empleo Infusión, pulpa, agua destilada, zumo, tintura, electuario.
Nota Los frutos se emplean como base para la preparación de mermeladas y para obtener el zumo correctivo de medicinas. Con ellos se preparan jarabes y licores muy agradables. Mediante fermentación se obtiene alcohol perfumado. Sirve también para la extracción de una esencia muy delicada. Las semillas contienen aceite. Las raíces, bien cocidas, al igual que la de la zarza, pueden comerse. El té preparado a base de hojas de zarza y de frambueso puede utilizarse en lugar del café.

268 ACEDERA
(Cat.: *agrella;* eusk.: *leka-belar*)
Rumex acetosa

Familia Poligonáceas.
Descripción Planta herbácea provista de rizoma engrosado. Tallo erecto, ramificado. Las hojas basales forman una roseta, son pecioladas, lanceoladas, obtusas en la extremidad. Las hojas caulinares, en cambio, son envainantes. Las flores se distribuyen en masculinas y femeninas sobre una espiga terminal, con pétalos de color rojo óxido. El fruto es un cariópside trigonal. Frecuente en los prados, junto a los ríos, entre los escombros, en lugares baldíos. Puede alcanzar un metro de altura. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Oxalato ácido de potasio, antraquinonas, grasa, azúcar.
Propiedades Antiescorbútica, laxante, diurética.
Modo de empleo Decocción, jarabe.
Nota Esta especie es muy empleada en la preparación de ensaladas por el agradable gusto acídulo que aporta. La planta, por su elevado contenido de oxalato, no debe ser utilizada por quienes sufren de cálculos renales ni por quienes están predispuestos a ellos. En aplicación externa, una mascarilla a base de hojas es un óptimo descongestionante. La raíz, por su contenido en antraquinonas, puede emplearse como laxante inocuo. El jarabe se emplea en los casos de avitaminosis.

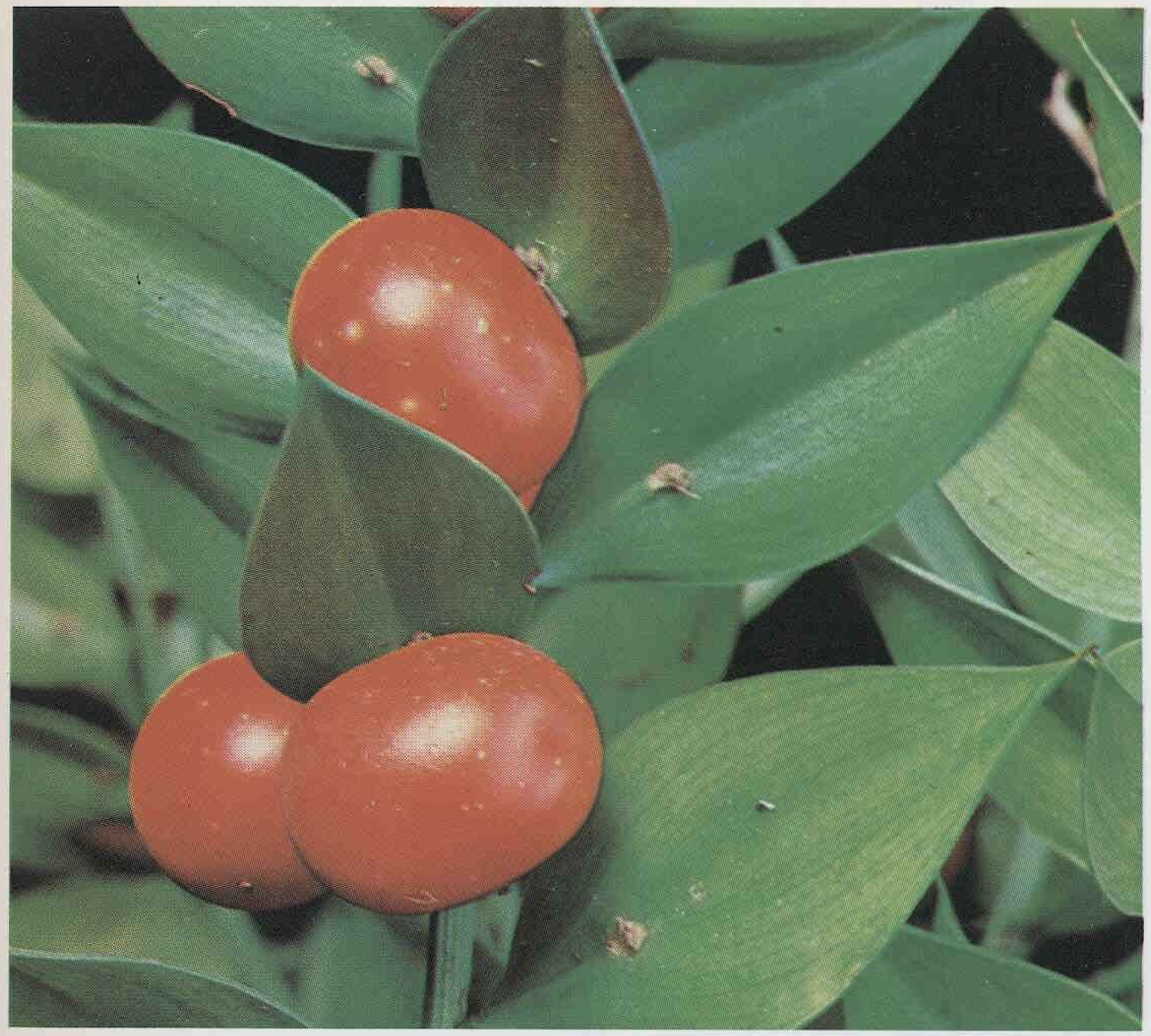




269 RUSCO

(Cat.: *galzeran;* eusk.: *errats*)
Ruscus aculeatus

Familia Liliáceas.
Descripción Subarbusto con rizoma oblicuo, blanquecino, fibroso, del que parten diversos tallos verdes y estriados. Las ramificaciones, de aspecto foliar, son cladodios de color verde, coriáceos, ovadolanceolados con espina apical. Las hojas quedan reducidas a escamas. Las flores, verdes, hexapétalas, se disponen en la primera mitad del cladodio, sobre una bráctea lanceolada. El fruto es una baya casi esférica, roja, con una o dos semillas y pulpa viscosa. Es frecuente al borde de los bosques, en zonas umbrías. Se recolecta en septiembre, aunque debe actuarse con prudencia ya que está en peligro de desaparición en algunas zonas. Las plantas pueden alcanzar en ocasiones casi un metro de altura.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Resinas, esencia, sustancia amarga, sales de potasio.
Propiedades Diurético, depurativo, antiartrítico, vasoconstrictor.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura, enolito, jarabe.
Nota Los brotes jóvenes se consumen en algunas zonas a modo de espárragos. Las semillas tostadas se han empleado en época de carestía como sucedáneo del café. El rizoma interviene en la composición del famoso «jarabe de las cinco raíces». También conviene señalar el uso que se hizo de esta planta para alejar a los ratones, mediante los cladodios espinosos. La acción vasoconstrictora es muy fuerte.

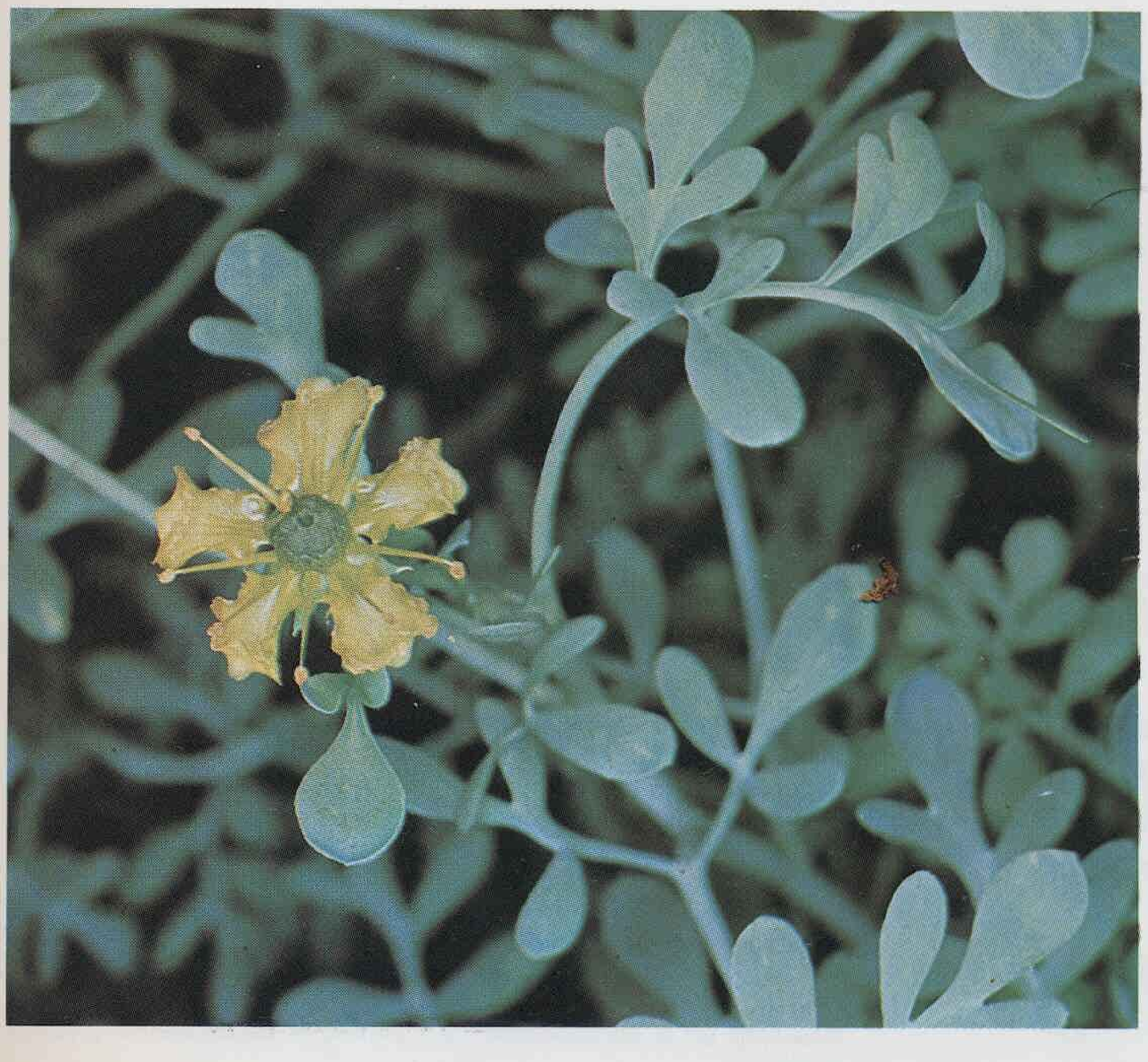


---

270 RUDA

(Cat.: *ruda;* eusk.: *moskatxa*)
Ruta graveolens

Familia Rutáceas.
Descripción Planta espontánea o cultivada, provista de raíz leñosa fasciculada. Puede alcanzar un metro de altura. El tallo es cilíndrico, erguido y ramificado. Toda la planta posee abundantes glándulas y desprende un olor característico. Las hojas, carnosas, tripinnatosectas, son alternas y pecioladas, con muchas glándulas oleíferas. Las flores se agrupan en corimbos apicales, de color amarillo verde, con el cáliz con cuatro o cinco sépalos y la corola pentapétala. El fruto es una cápsula globosa que contiene semillas reniformes de color negro. Es más frecuente cultivada que espontánea. Crece en las llanuras soleadas, preferentemente en el litoral. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Toda la planta.
Compuestos químicos Rutina, aceite esencial con salicilato de metilo, éter valeriánico y acético, limoneno, pineno, furocumarina, tanino.
Propiedades Antihistérica, emenagoga, oftálmica, vermífuga, carminativa, antiepiléptica, revulsiva, antihelmíntica, abortiva.
Modo de empleo Infusión, polvos, oleolito, tintura, extracto fluido, liparolito, esencia, agua destilada.
Nota La ruda es una especie contraindicada para las gestantes debido a las congestiones uterinas que provoca. A elevadas dosis produce envenenamiento. Algunas hojas se emplean como aromatizantes en las ensaladas. La esencia y la planta entera se utilizan para aromatizar algunos licores. La planta produce dermatosis de contacto en presencia de la luz, a causa de la xantotoxina.



271

SAUCE BLANCO

(Cat.: *salze;* eusk.: *zarika*)
Salix alba

Familia Salicáceas.

Descripción Del celta *sal-lis,* próximo al agua. Árbol provisto de tronco resistente y corteza hendida de color ceniza, con ramas pequeñas aunque muy tenaces, ligeramente pubescentes. Las hojas son alternas, oblongas, lanceoladas, con el ápice agudo, algo pecioladas; cara superior glabra y la inferior pubescente, y margen dentado. Las flores masculinas se agrupan en amentos dispuestos en la extremidad de las ramas, con hojas pequeñas. Las femeninas, por su parte, se reúnen en amentos más pequeños, provistos de una glándula nectarífera. El fruto es una cápsula bivalva con semillas pequeñas. Su desarrollo alcanza hasta los 20 m de altura. Frecuente tanto espontáneo como cultivado, junto a los ríos, en zonas húmedas. Se recolecta en setiembre.

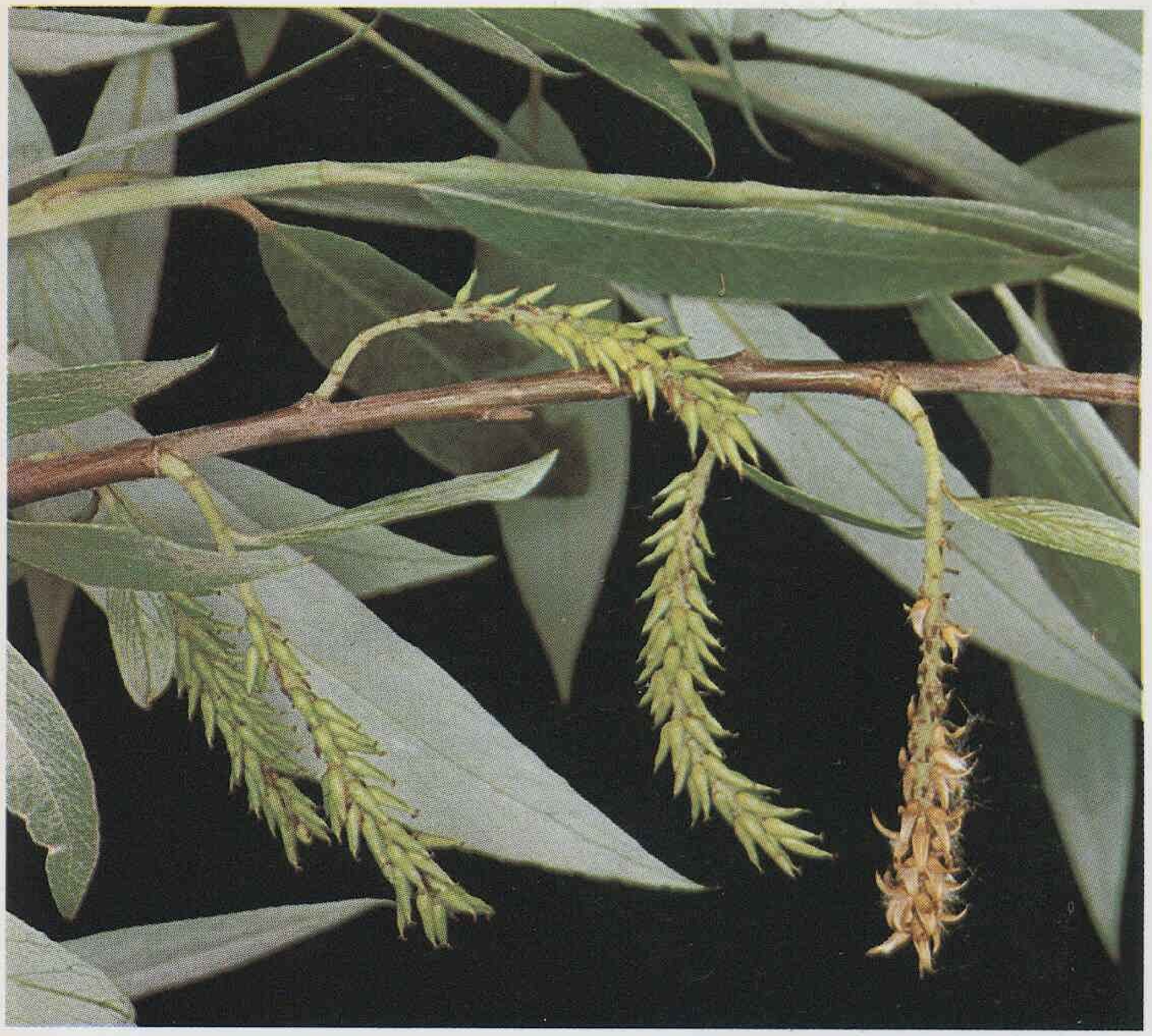
Partes utilizadas La corteza de las ramas.

Compuestos químicos Salicina, tanino, colorantes, resina, goma.

Propiedades Antipirético, sedante, hipnótico, antirreumático.

Modo de empleo Polvos, infusión, extracto fluido, jarabe, enolito.

Nota La corteza de la planta en maceración acética posee una acción coricida. Las hojas en infusión son calmantes en los casos de eretismo sexual y ligeramente soporíferas, útiles en los casos de insomnio nervioso. A partir de las ramas jóvenes se obtienen materiales para la fabricación de cestos. Con las hojas se preparan bebidas eficaces contra los reumatismos difusos. Parece que la planta posee estrógenos. Con la madera se prepara carbón vegetal, útil como absorbente en las pirosis.



272

SALVIA

(Cat.: *salvia;* eusk.: *sobe*)
Salvia officinalis

Familia Labiadas.

Descripción Subarbusto provisto de raíz fusiforme ramificada y lignificada, con tallos cuadrangulares erguidos y muy ramificados, blancos y tomentosos. Las hojas son opuestas, elípticas, pecioladas las inferiores y sésiles las apicales, con la base curvada o aguda, margen dentado, blandas, reticuladas, blanquecinas en la cara inferior. Las flores se disponen en verticilos con el cáliz tubular trilobulado. La corola tubular presenta el labio inferior trilobulado y de color azul violáceo. El fruto es un tetraquenio ovoidal. Poco frecuente espontánea, es común en huertos y jardines. Mide cerca de un metro de altura. Se recolecta en primavera-verano.

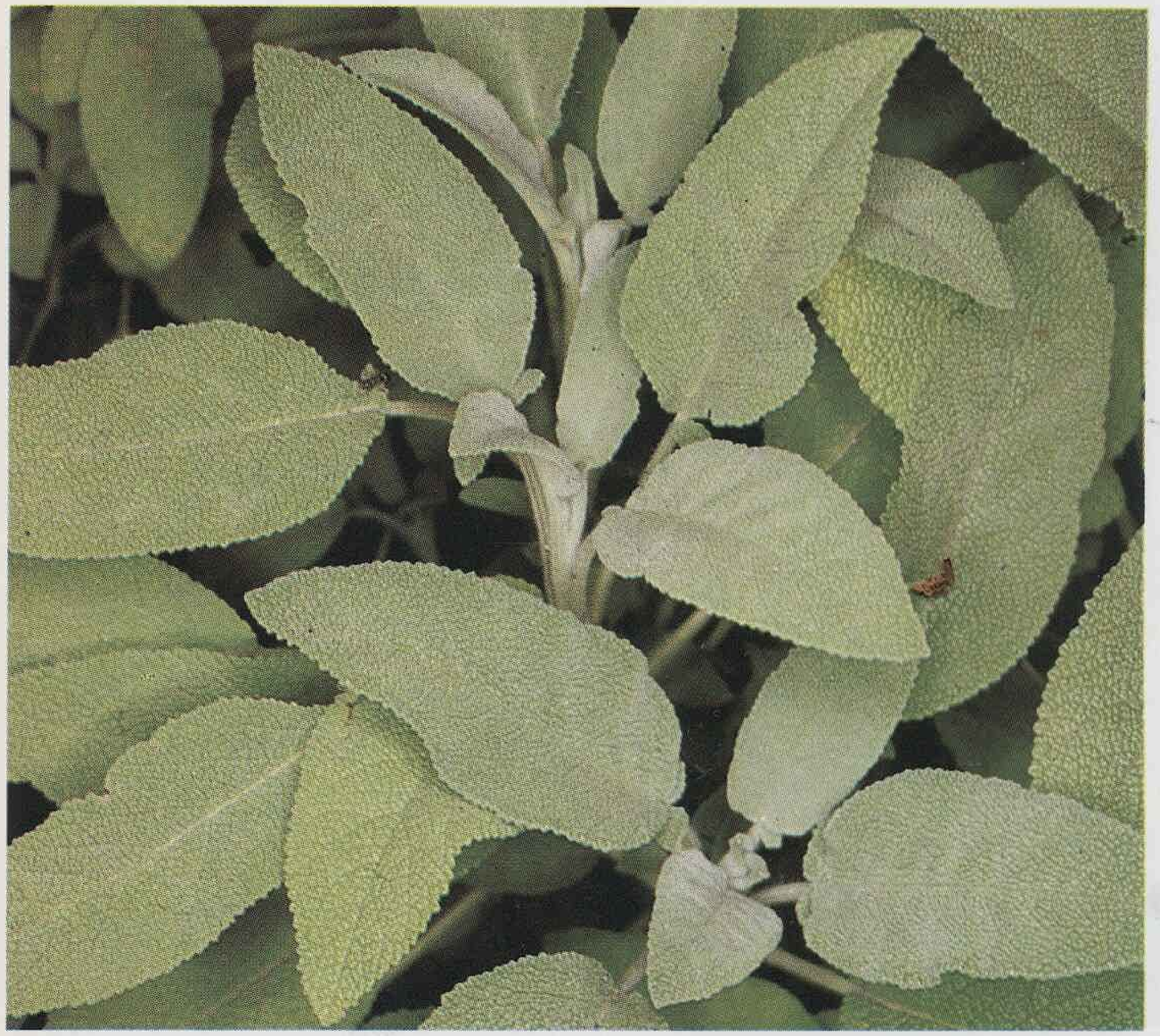
Partes utilizadas Hojas y extremidades floridas.

Compuestos químicos Esencia, saponina, tanino, resina, ácidos, mucílagos, sales, vitaminas, estrógenos, asparragina.

Propiedades Digestiva, hipoglucemizante, antisudorípara, colagoga, emenagoga, antiasmática, carminativa, antiséptica.

Modo de empleo Infusión, polvos, jarabe, extracto fluido, tintura, esencia, agua destilada, enolito, extracto seco, fumigaciones, cigarrillos, liparolito.

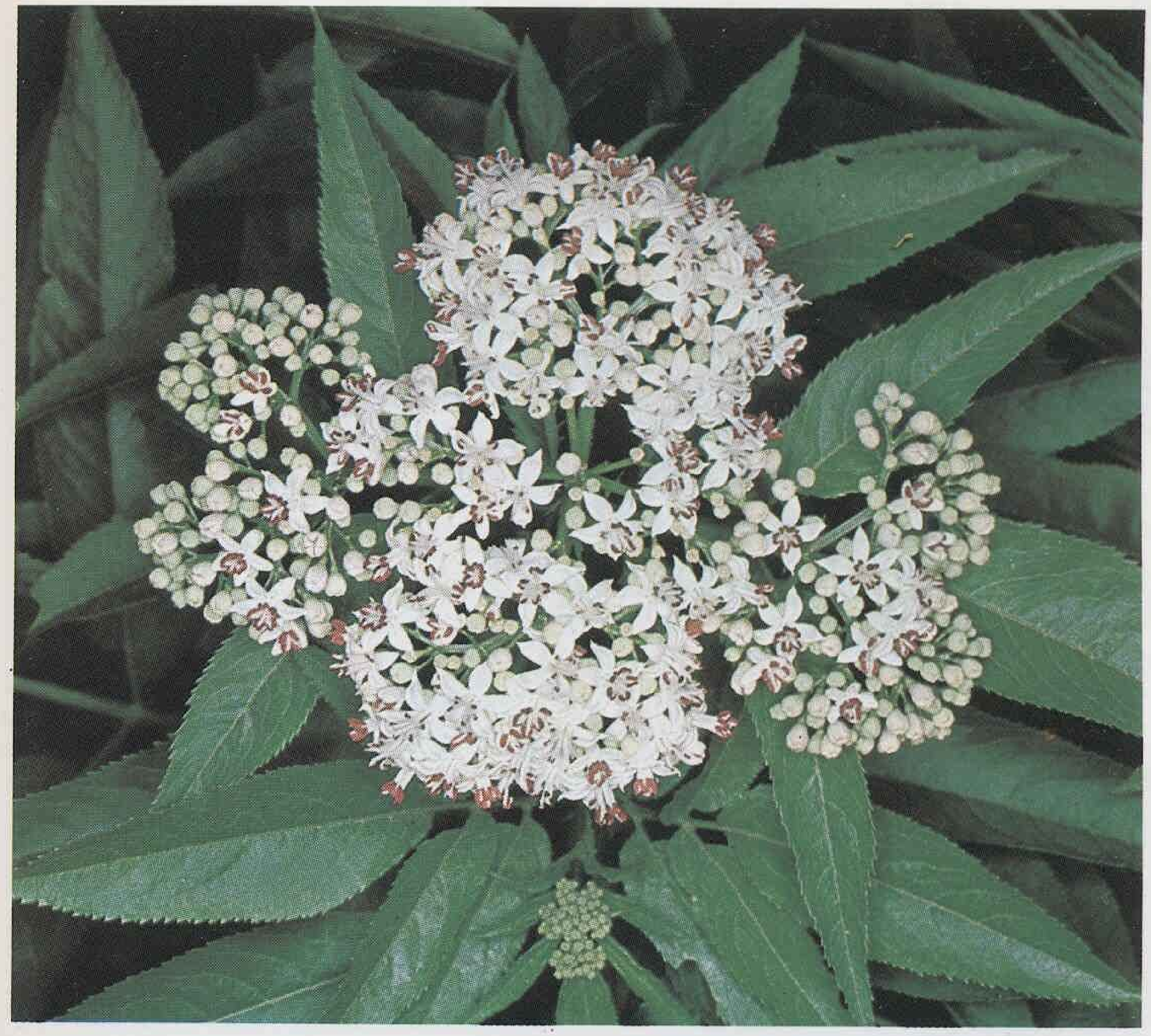
Nota Esta especie se utiliza en farmacia, en fabricación de licores, cosmética, perfumería. A partir de ella se obtiene una esencia compuesta por pineno, salvieno, tuyón, cineol, borneol, canfeno. Posee una concentración media del 2 % y su densidad es de 0,9. Constituye un óptimo fijador de perfumes. Las hojas se emplean como condimento. Las flores se destinan a la industria conservera, para la preparación de mermeladas muy gustosas. La esencia interviene en la composición de cosméticos bioactivantes y pastas dentífricas.



273 YEZGO

(Cat.: *évol;* eusk.: *andura*)
Sambucus ebulus

Familia Caprifoliáceas.
Descripción Planta herbácea provista de rizoma rastrero. Los tallos son herbáceos y acanalados. Las hojas son opuestas, pinnatosectas, con folíolos lanceolados, agudas, aserradas. Las flores se reúnen en corimbos apicales. El cáliz es tubuloso, con el limbo pentadentado. La corola es pentalobulada, blanca. Los frutos son bayas negras, globosas, con numerosas semillas. Se encuentra fácilmente entre los escombros, a lo largo de los caminos, en suelos calizos del llano. Puede alcanzar el metro de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Hojas, rizoma.
Compuestos químicos Sambunigrina, esencia, tanino, ácidos málico, valeriánico, tartárico (hojas). Ácido acético, ácido málico, saponina, resinas (rizoma).
Propiedades Laxante, antiflogístico (hojas). Purgante, diurético (rizoma).
Modo de empleo Infusión, polvos, extracto fluido.
Nota La planta desprende un olor fétido. A partir de las bayas se extrae un colorante de fondo azul. No debe utilizarse internamente, ya que puede producir fenómenos de toxicidad. La planta se ha utilizado a menudo para falsificar al saúco *(Sambucus nigra)*.

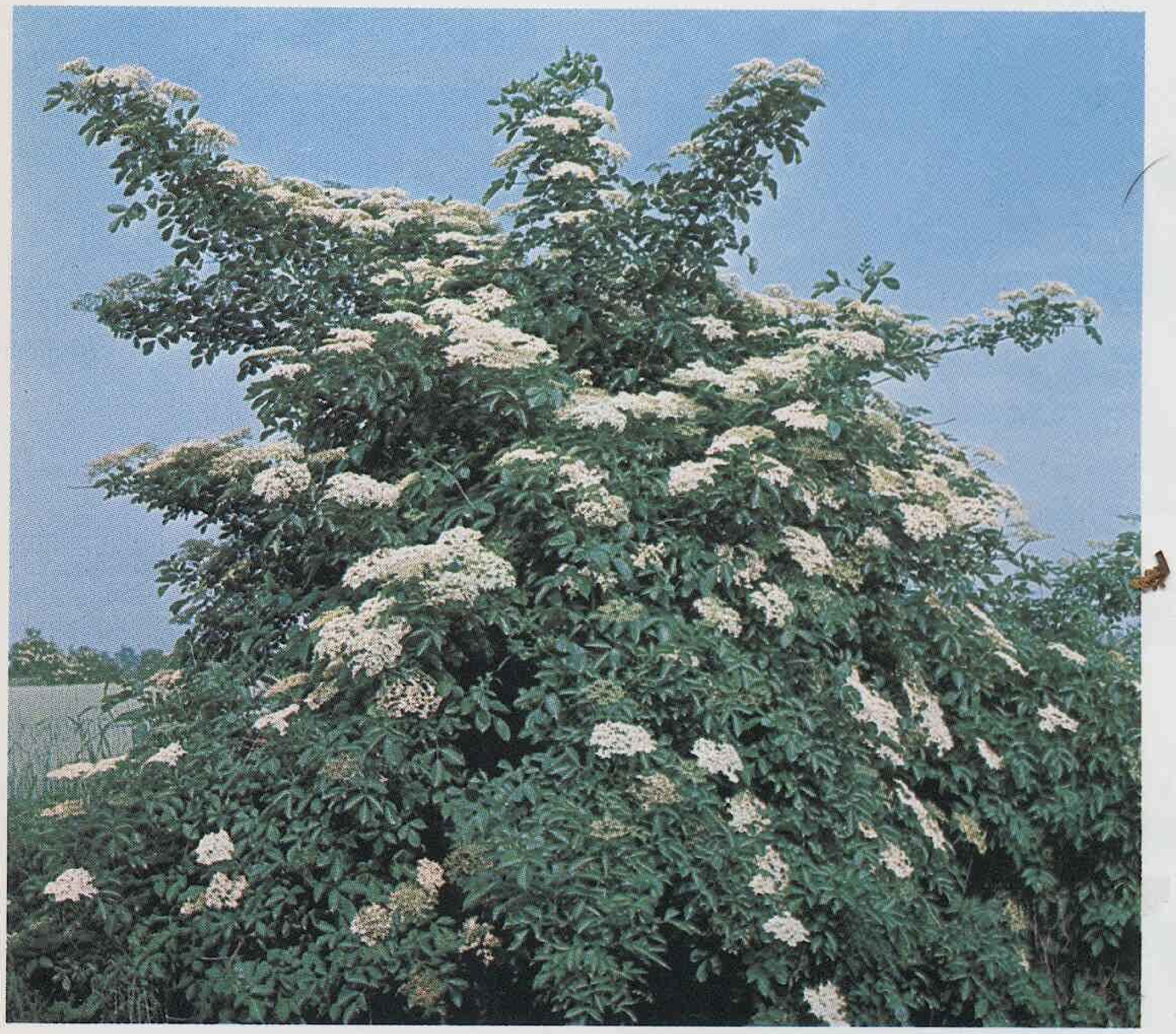


---

274 SAÚCO

(Cat.: *saüc;* eusk.: *intussa*)
Sambucus nigra

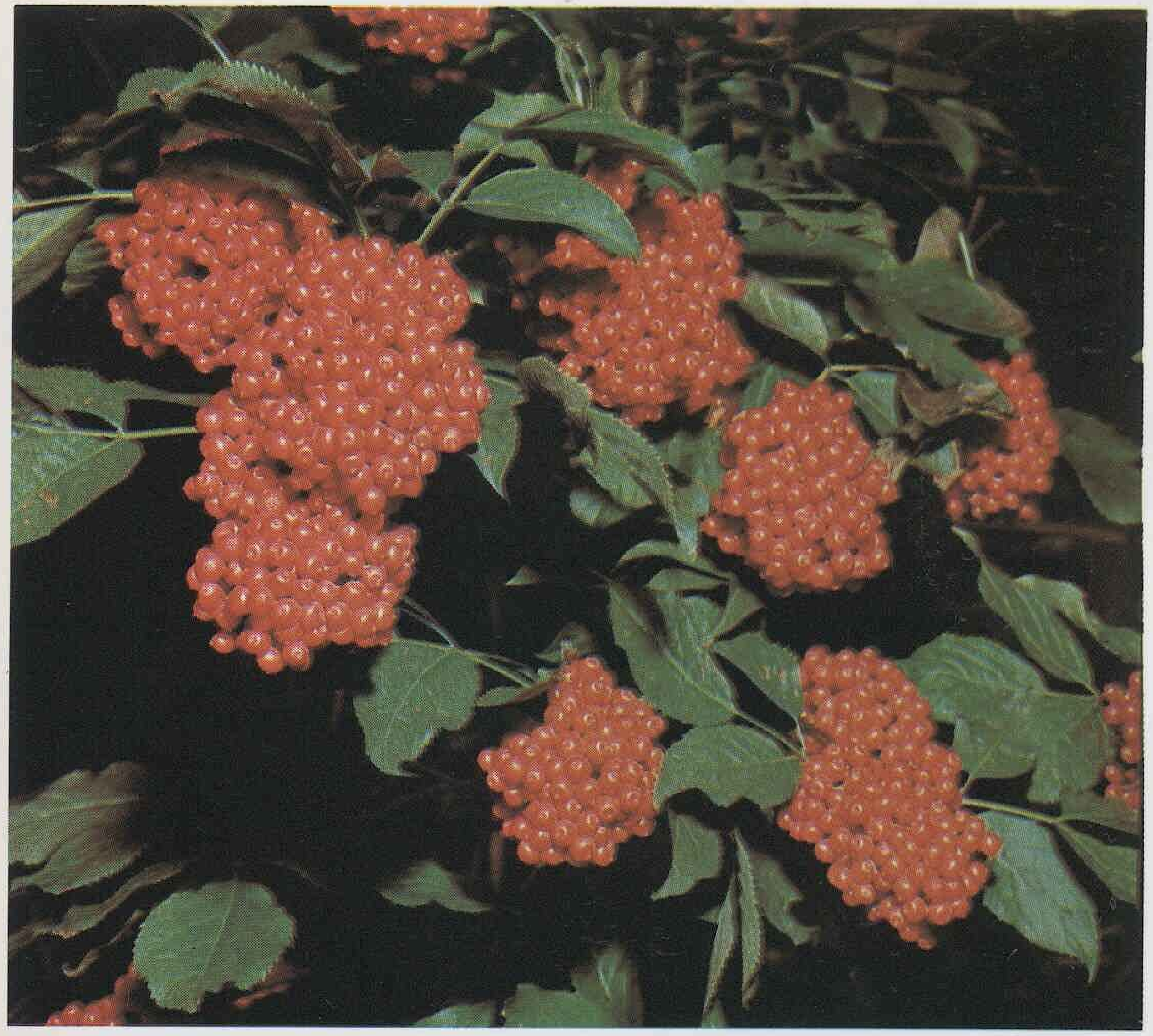
Familia Caprifoliáceas.
Descripción Arbusto que puede llegar a convertirse en árbol, con las ramas de color pardo claro cubiertas de lenticelas, médula muy blanda y esponjosa. Las hojas son opuestas, imparipinnadas, con los folíolos ovales y ápice agudo, frágiles, aserradas. Las flores se disponen en corimbos umbeliformes en el ápice de las ramas; el cáliz es tubular pentadentado y la corola pentalobulada de color blanco amarillento, perfumada. El fruto es una baya globosa oscura. Crece un poco por doquier, a lo largo de los caminos, junto a las casas, en setos, desde el llano a las colinas. Alcanza fácilmente una altura de 6-7 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Hojas, líber, bayas, flores.
Compuestos químicos Sambunigrina, esencia, ácido málico y valeriánico, carotenos, vitamina C (hojas). Sambucina, resina, sambucigrina, nitrato potásico (líber). Sambunigrina, isoquercitrina, vitamina C, ácidos acético, málico, tartáricos, azúcares (bayas). Sambucina, sambucigrina, esencia, eldrina, colina, tanino, resina (flores).
Propiedades Laxante, hemostático (hojas). Diurético, purgante (líber). Depurativo, laxante, antineurálgico (bayas). Diaforético, béquico, galactogogo, diurético (flores).
Modo de empleo Infusión, decocción, jarabe, zumo, tintura, extracto fluido, cataplasma, polvos, oleolito, liparolito, agua destilada.
Nota Planta muy usada en la industria para la obtención de una esencia adecuada para perfumar los productos alimentarios y enológicos. Con sus frutos se preparan mermeladas y licores.



275 SAÚCO ROJO

Sambucus racemosa

Familia Caprifoliáceas.
Descripción Arbusto, a menudo de porte arbóreo, ramificado, con la corteza de color gris pardusco y médula amarillenta. Las hojas son opuestas, tripinnatosectas, con los folíolos ligeramente peciolados, ovales, acuminados, con el margen dentado. Las flores, de color verdoso, se agrupan en espigas ovadas piramidales. Cáliz tubular pentadentado y corola pentalobulada. El fruto es una baya roja acídula que contiene numerosas semillas. Crece en las zonas de montaña media, húmedas y pedregosas. Puede alcanzar hasta 3-4 m de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Los frutos, las hojas.
Compuestos químicos Ácido málico, acético, tartárico, azúcares, tanino, colorante, vitamina C (frutos). Sambunigrina, esencia, ácido valeriánico y málico (hojas).
Propiedades Laxante, depurativo (frutos). Sudorífero, diurético, resolvente (hojas).
Modo de empleo Infusión, zumo, polvos.
Nota Es la especie de saúco con el fruto más comestible y gustoso, con el que se preparan excelentes mermeladas. Con la madera se realizan trabajos caseros, y la corteza, al igual que en otras especies de saúcos, es purgante. Las hojas encuentran aplicación externamente como resolventes sobre accesos y forúnculos. Las semillas contienen aceite graso que pudiera encontrar alguna utilidad.

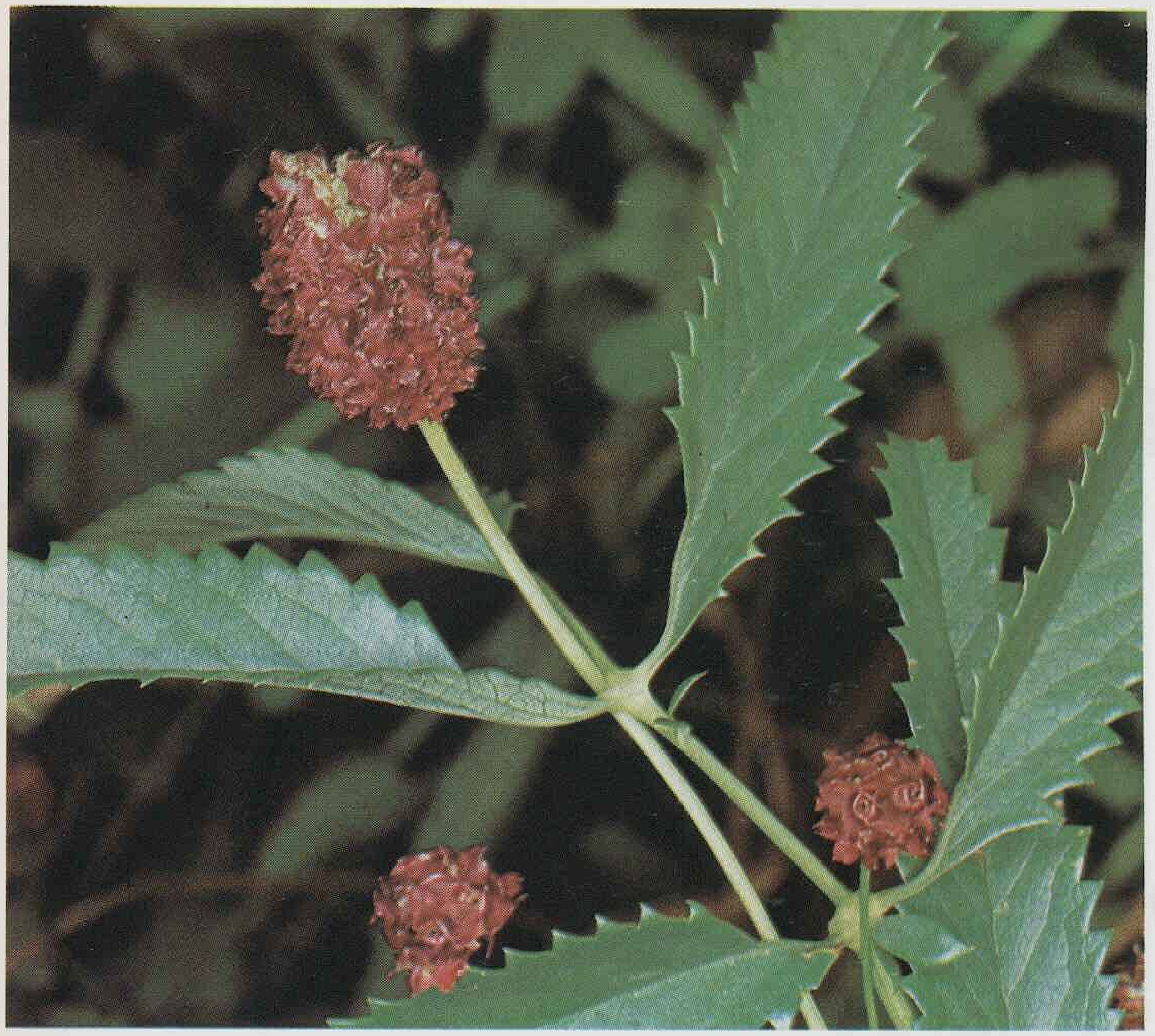


---

276 PIMPINELA MAYOR

(Cat.: *pimpinella major;* eusk.: *gaitun*)
Sanguisorba officinalis

Familia Rosáceas.
Descripción Del latín *sanguis* y *sorbere,* absorber la sangre. Planta herbácea con raíz parda, oblicua y provista de numerosas radículas fibrosas. El tallo, que puede medir más de un metro, es erguido y estriado, lleva hojas imparipinnadas, con folíolos ovados, acorazonados, con el margen dentado. Las flores se reúnen en espigas, de color rojo, oscuro, con el cáliz dividido en cuatro secciones. El fruto es un aquenio rugoso con costillas. Crece abundantemente de la montaña al llano, en lugares húmedos y en suelos de contenido solíceo. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Sanguisorbina, tanino, goma, sales.
Propiedades Astringente, vulneraria, tónica.
Modo de empleo Polvos, decocción, tintura, zumo, cataplasma.
Nota La planta, con gusto a pepino, se emplea a menudo en las ensaladas para mejorar el gusto. Se utiliza también en la preparación de tisanas digestivas. La raíz puede usarse en el curtido de pieles dado su alto contenido en taninos. La pimpinela menor *(Poterium sanguisorba)* presenta idénticas propiedades.



277 SANÍCULA

(Cat.: *sanícula;* eusk.: *ositxeka*)
Sanicula europaea

Familia Umbelíferas.

Descripción Planta herbácea rizomatosa, con numerosas radículas, tallo simple, erecto. Las hojas basales se disponen en roseta y presentan un largo pecíolo, y son palmadolobuladas, con el margen dentado. La cara superior es brillante y de color verde oscuro. Las flores se reúnen en umbelas sobre largos pedúnculos. El cáliz es pentalobulado y pentadentado. La corola dispone de cinco pétalos ovales con el ápice agudo, de color blanco. El fruto es un diaquenio con la superficie aculeada. Crece espontáneo en los bosques y lugares escasamente soleados, húmedos, montanos. Por término medio mide de 30 a 40 cm. Se recolecta en verano.

Partes utilizadas Las raíces.

Compuestos químicos Saponina, tanino, mucílagos, sales.

Propiedades Astringente, béquica.

Modo de empleo Polvos, infusión, enolito, tintura.

Nota Con las hojas y especialmente con las raíces se preparan pomadas adecuadas para disminuir el dolor de las hemorroides. La aplicación de emplastes a base de decocción de la raíz proporciona buenos resultados contra los sabañones y las flogosis en general. Esta especie fue ampliamente usada antaño, y actualmente ha perdido bastante favor, pese a que muestra indudables propiedades curativas.

---

278 ABRÓTANO HEMBRA

(Cat.: *espernallac*)
Santolina chamaecyparissus

Familia Compuestas.

Descripción Subarbusto provisto de raíz leñosa y numerosas radículas. Tallo muy ramificado, con ramitas rectas. Las hojas son pennadas, oblongas, lineares, con numerosos lóbulos alrededor del raquis, carnosas. Las cabezuelas, rodeadas por brácteas, se disponen en la extremidad de un pedúnculo: las flores centrales son hermafroditas, mientras que las periféricas son femeninas, amarillas, a menudo liguladas. El fruto es un aquenio elipsoidal comprimido. Crece espontánea en los campos incultos y sobre suelos calcáreos. Se cultiva en muchos jardines. Puede alcanzar hasta medio metro de altura. Se recolecta en verano.

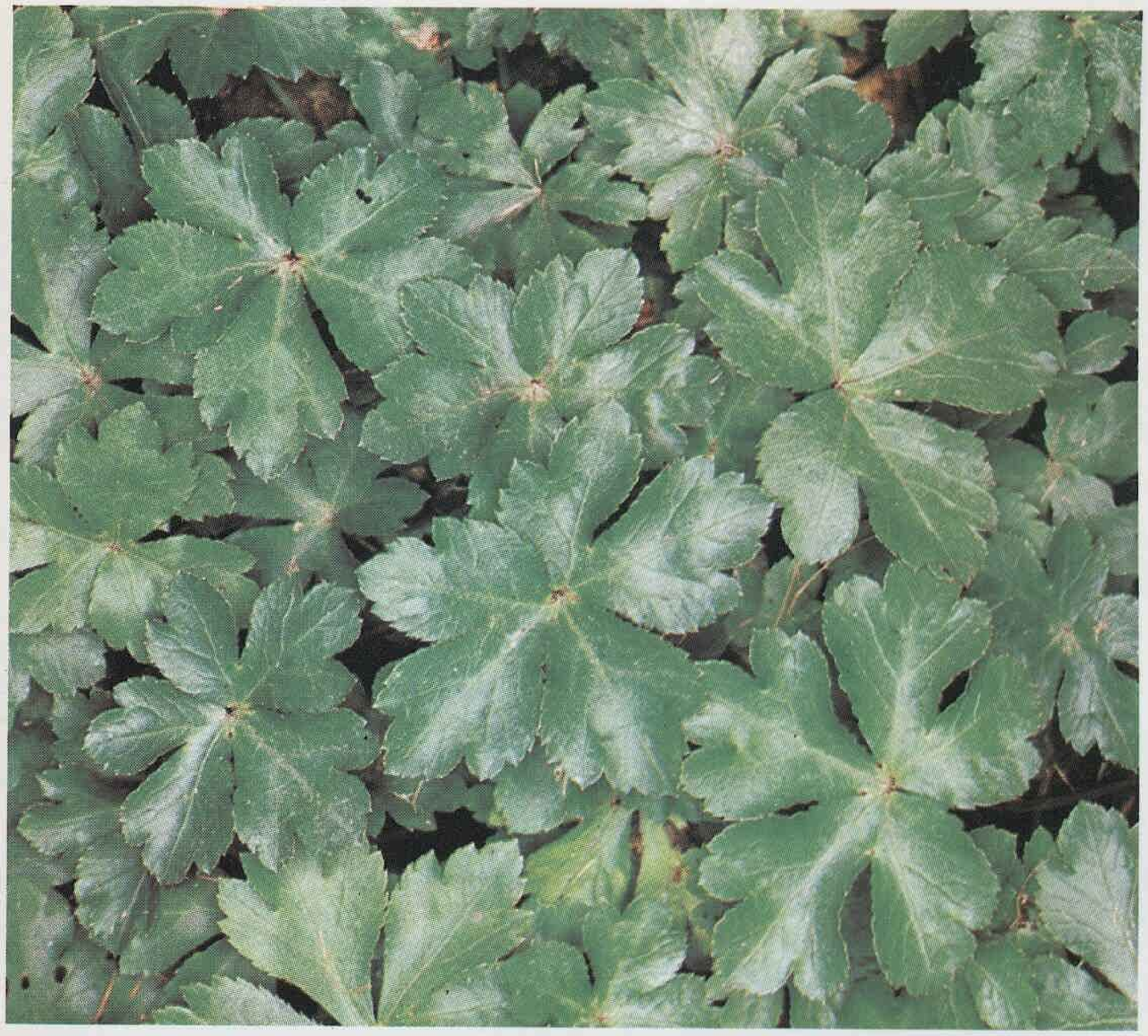
Partes utilizadas Las extremidades floridas.

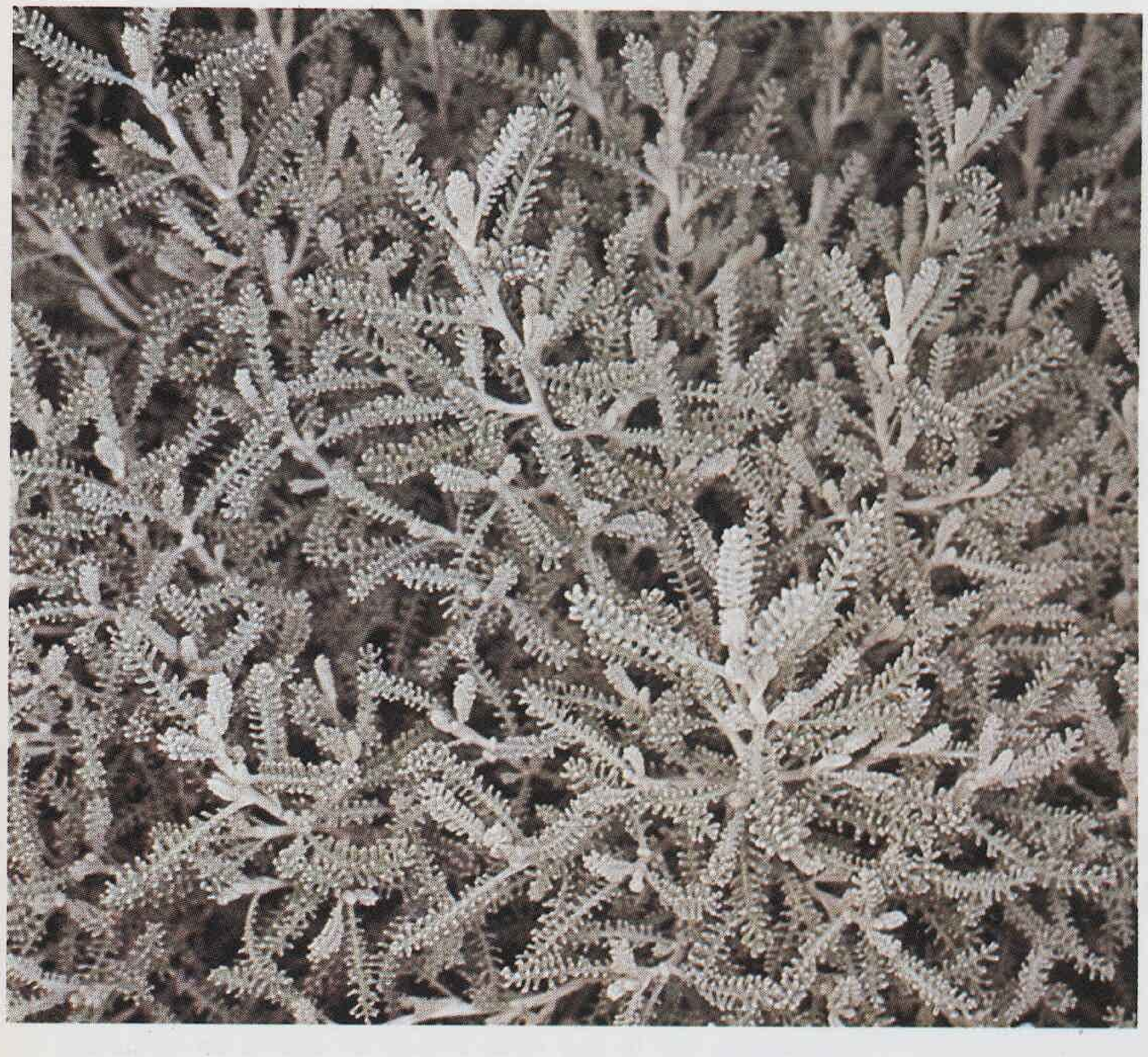
Compuestos químicos Esencia, tanino, resina, sustancia amarga.

Propiedades Antihelmíntico, antispasmódico, emenagogo.

Modo de empleo Infusión, esencia, polvos.

Nota De la planta se extrae un aceite esencial, con una riqueza media del 0,7 % y densidad de 0,89, formado por santolinones y terpenos. La esencia se emplea como vermífugo e insectífugo. Es una especie muy utilizada en todos los casos de verminosis infantiles, en las que actúa con buenos resultados. Triturada y aplicada, alivia instantáneamente los dolores producidos por las picaduras de insectos; es vulneraria sobre heridas poco profundas y favorece una rápida cicatrización.





279 JABONERA

(Cat.: *sabonera;* eusk.: *salboin-belar*)
Saponaria officinalis

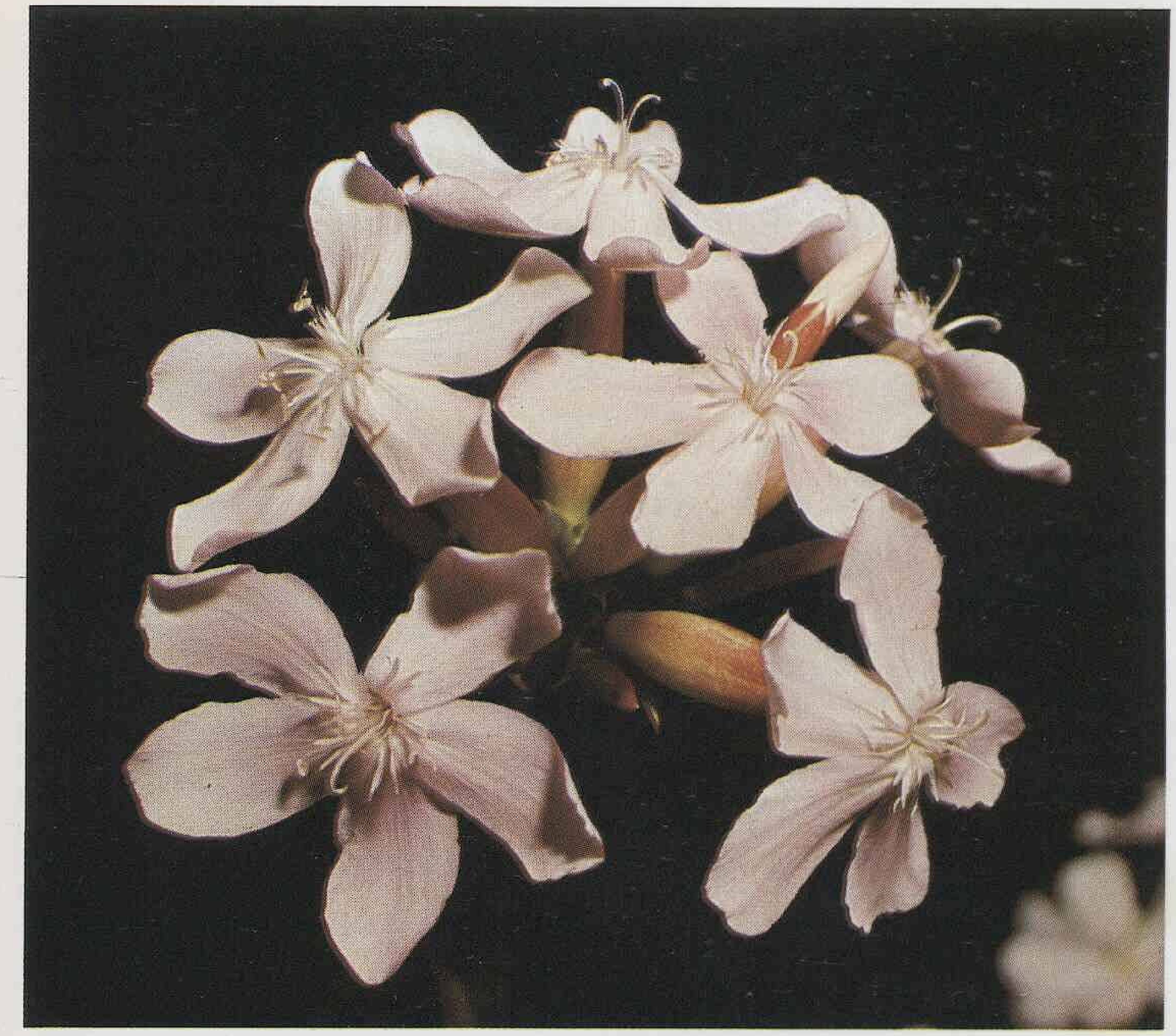
Familia Cariofiláceas.
Descripción Planta herbácea erguida provista de rizoma irregular, estolonífero. Los tallos son erectos y cilíndricos, de tonalidad verde rojiza. Las hojas son opuestas, ovaladas, agudas, con nerviaciones a lo largo de toda la longitud de la lámina, de color verde pálido. Las flores se reúnen en una espiga apical. El cáliz es cilíndrico, pentadentado; los pétalos, en número de cinco, son de color blanco o rosado. El fruto es una cápsula ovoidal, dehiscente; las semillas son reniformes, aplastadas. Es una especie bastante frecuente en los prados, a lo largo de los caminos de montaña, junto a los ríos. Puede alcanzar una altura de un metro. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Saponina, basorina, galactano, grasa, esencia, resina.
Propiedades Depurativa, diaforética, expectorante, antirreumática.
Modo de empleo Decocción, jarabe, extracto fluido.
Nota Esta planta fue antaño muy cultivada a fin de obtener lejía para el lavado de los tejidos. Internamente debe emplearse con prudencia, ya que puede ocasionar parálisis de los centros vasomotores a causa del alto contenido en saponinas. Después de hervir la raíz se obtiene un líquido espumoso adecuado para la limpieza de muebles y cuadros. Pulverizada, irrita la mucosa nasal. Por esta razón se ha utilizado ocasionalmente en las anosmias. En aplicación externa puede utilizarse fresca, en compresas locales, sobre dartros escamosos y eczemas.

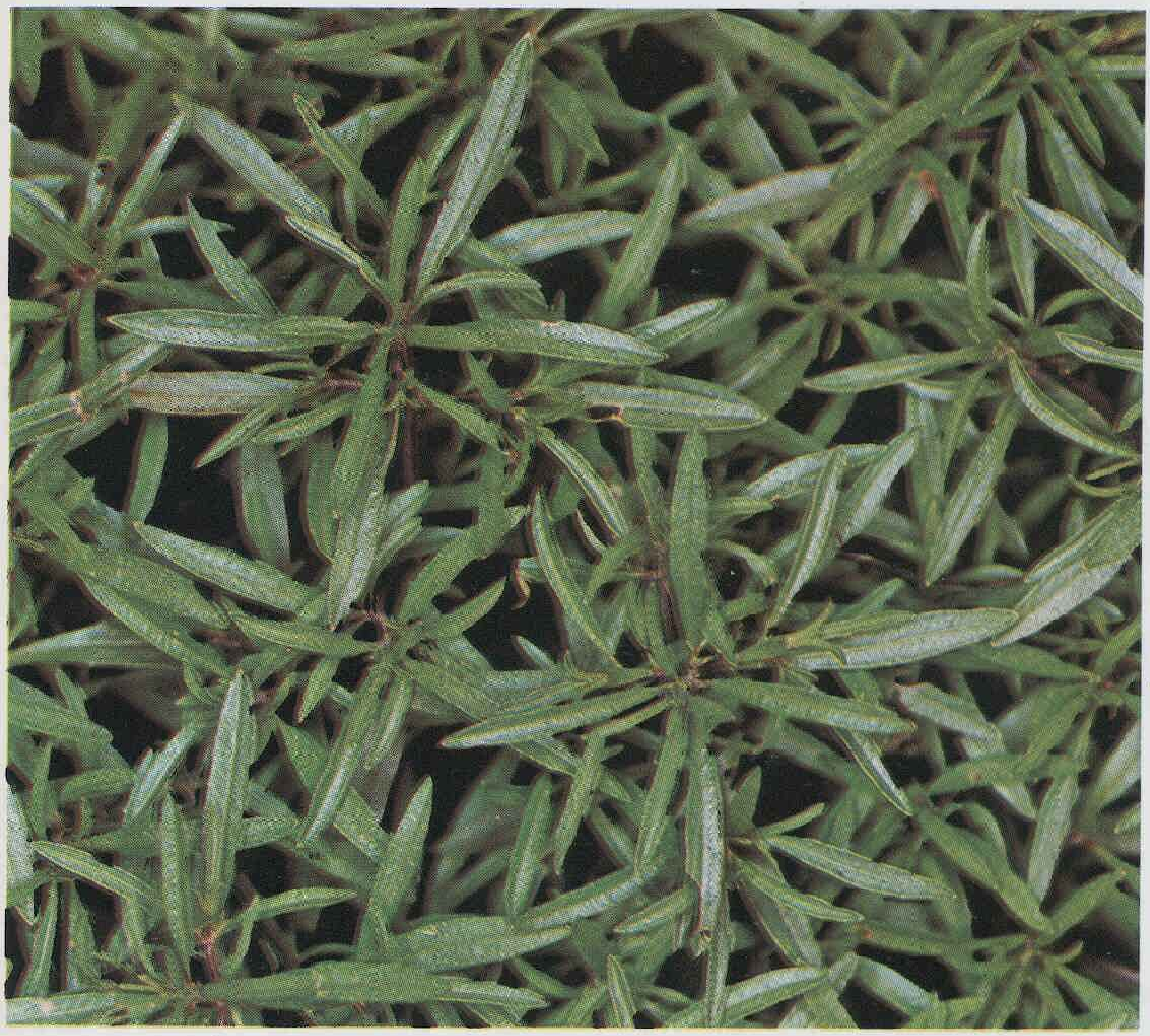
---

280 AJEDREA DE JARDÍN

(Cat.: *sajolida;* eusk.: *atzitrail*)
Satureja hortensis

Familia Labiadas.
Descripción Del latín *satyrus,* sátiro, por su presunta acción afrodisíaca. Hierba provista de una pequeña raíz fibrosa fusiforme y tallo ramificado y estriado. Las hojas son opuestas, enteras, lanceoladas, lineares, con un corto pecíolo, verdes, glandulares. Las flores se disponen en la axila de las hojas formando glomérulos con el cáliz acampanado, con nervios y corola bilabiada, pentalobulada de color blanco. El fruto es un tetraquenio oval pardusco. Frecuentemente espontánea, también abunda cultivada en suelos no muy húmedos. Alcanza 20-30 cm de altura. Se recolecta en verano hasta finales de otoño.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Esencia, tanino, azúcar, pirocatequina.
Propiedades Carminativa, digestiva, antiséptica, eupéptica, estomacal, quizá afrodisíaca.
Modo de empleo Infusión, esencia, extracto fluido, enolito, tintura.
Nota La esencia que se obtiene, con un rendimiento medio del 0,5 % es ligeramente verdosa, con una densidad de 0,9. Está formada por cimeno, dipenteno, carvacrol, timol, fenol, alcoholes, ésteres. Se emplea abundantemente en perfumería para proporcionar una nota característica, y también en licorería y enología. A dilución adecuada interviene en las lociones del cuero cabelludo para las calvicies incipientes. La infusión actúa como estimulante intelectual y ayuda a sostener las fatigas manuales. La pomada, en fricciones, posee acción antirreumática. Es una especie apreciada por las abejas, por lo que debe tenerse en cuenta en apicultura.



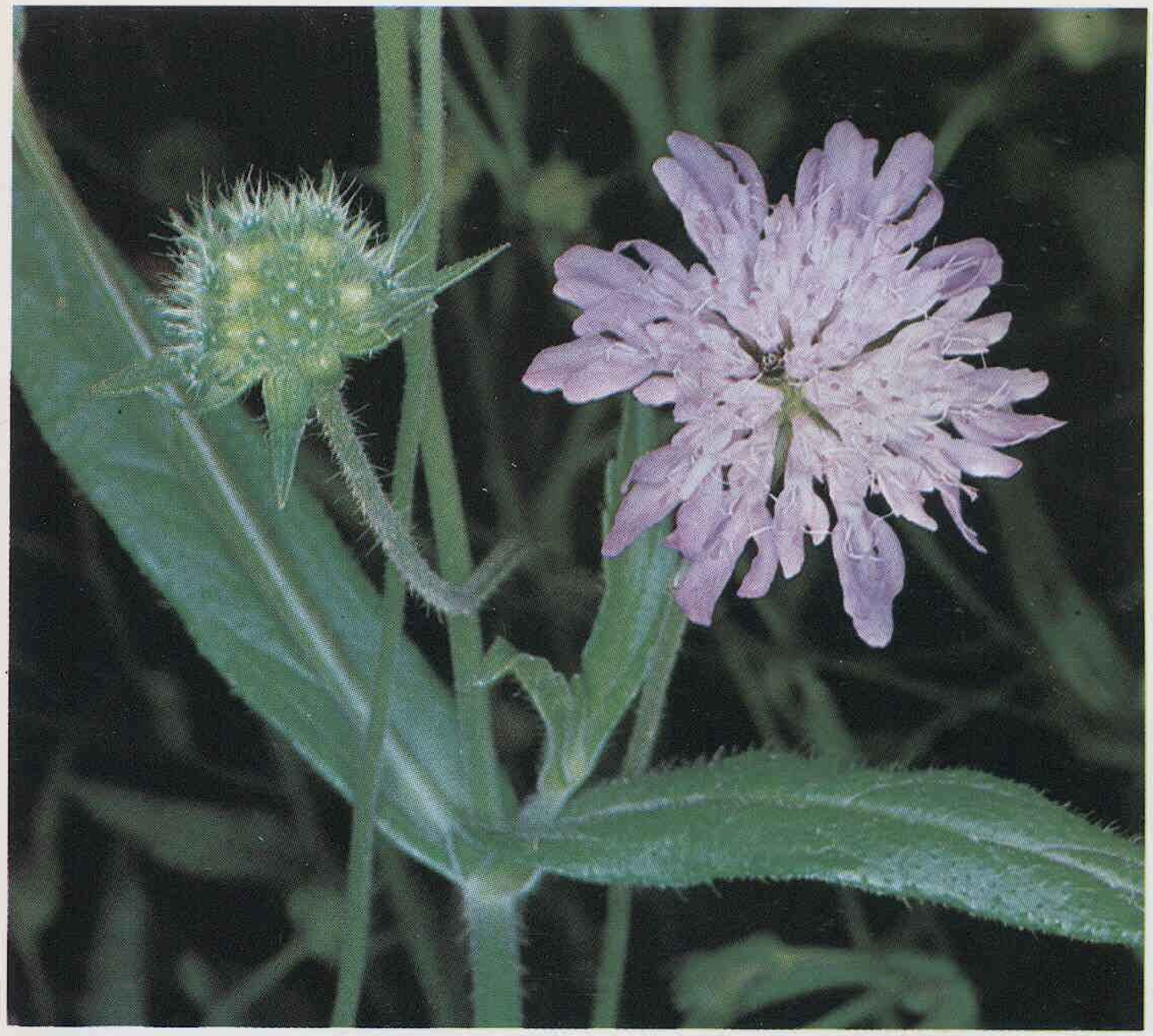


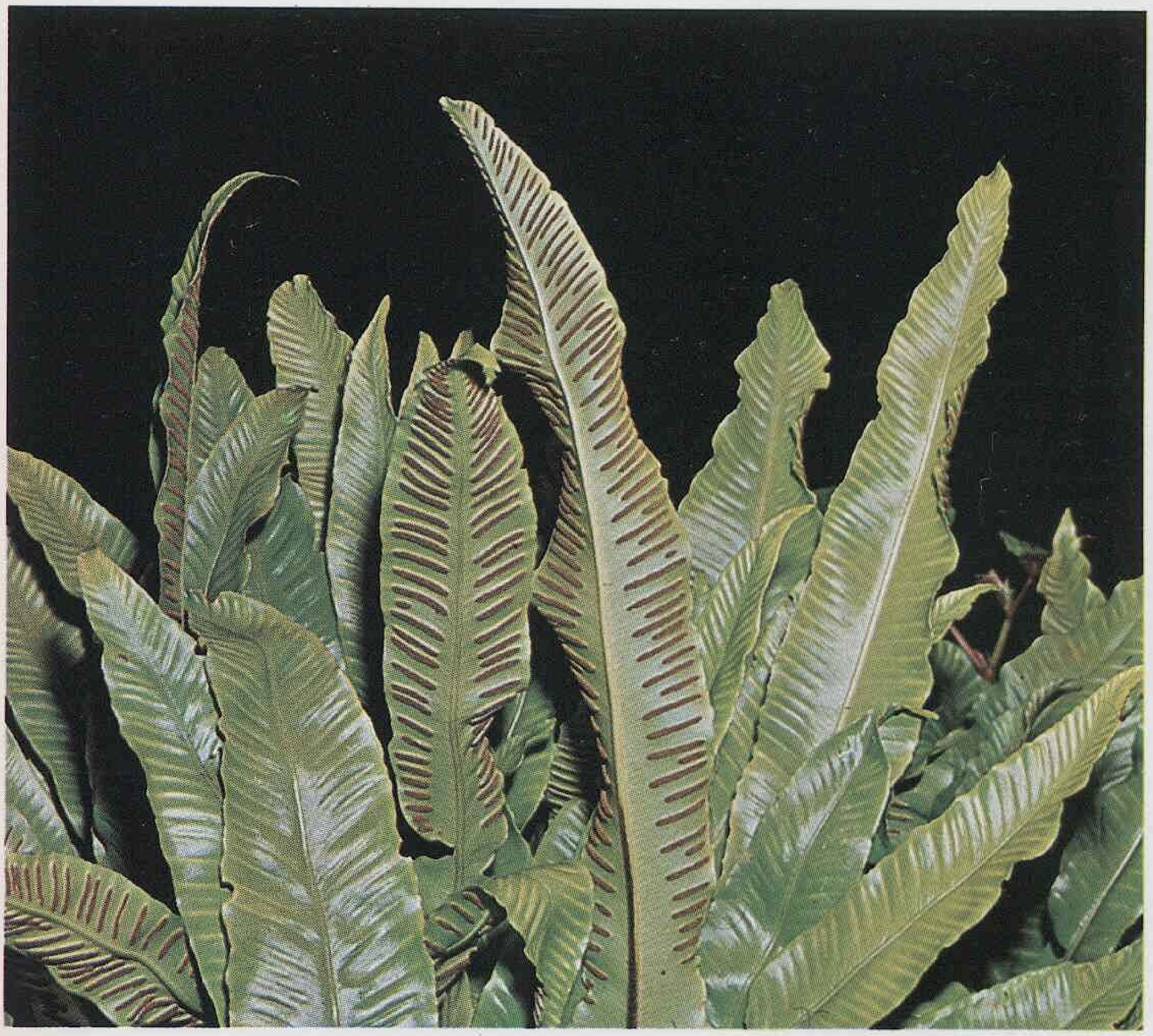
281 ESCABIOSA
Scabiosa succisa

Familia Dipsacáceas.
Descripción Planta herbácea erecta con raíz fasciculada, negruzca, y tallo frágil ramificado. Las hojas son enteras, oblongoovaladas, dispuestas en roseta basal. Las flores se reúnen en cabezuelas globosas, pedunculadas. El cáliz está seccionado en cuatro lóbulos y también la corola, de color azul o rosado. El fruto es un aquenio surcado. Se trata de una hierba común en los prados, pastos, al borde de los caminos, desde el nivel del mar a la montaña. Puede alcanzar una altura media de 40 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Tanino, escabiosina, goma, saponinas, sacarosa.
Propiedades Depurativa, emenagoga, diurética, ligeramente diaforética, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota En ciertas regiones se utilizan las compresas a base de la planta fresca triturada sobre las manifestaciones de eczemas y otras dermatosis. El agua destilada proporciona buenos resultados como colirio en las conjuntivitis. En algunos lugares, los folíolos tiernos primaverales se comen junto con otras especies en las ensaladas. Las hojas permiten la extracción de una sustancia colorante verde para el tinte de lanas y tejidos. Se pensó que la planta era eficaz para eliminar la sarna, y de ahí su nombre latino. Su tintura posee una acción suave, aunque segura, sobre las equimosis, que reabsorbe rápidamente.

282 LENGUA DE CUERVO
(Cat.: *llengua de cèrvol;* eusk.: *oren-mii*)
Scolopendrium officinale

Familia Polipodiáceas.
Descripción Helecho provisto de un pequeño rizoma rojizo con numerosas radículas. Los frondes son erguidos, con un corto pecíolo, de color verde brillante, ondulados, acorazonados en la base y lanceolados en el ápice. La lámina está cubierta por una abundante nerviación, paralelinervia, y queda dividida por una costilla mediana acentuada. En la cara inferior se disponen los esporangios en líneas paralelas, de color óxido, que al llegar a la madurez producen las esporas. Puede alcanzar medio metro de altura. Crece generalmente en la boca de los pozos y grutas, en el sotobosque húmedo, junto a las fuentes. Se recolecta de junio a setiembre.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, ácido gálico, amargo aromático.
Propiedades Expectorante, colagoga, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, tintura, cataplasma.
Nota Por su belleza, este helecho, es cultivado y vendido como planta ornamental de interior. En cosmética se utiliza su decocción como desengrasante de los cabellos o para formar compresas sobre pieles delicadas. Era una de las cinco hierbas capilares.

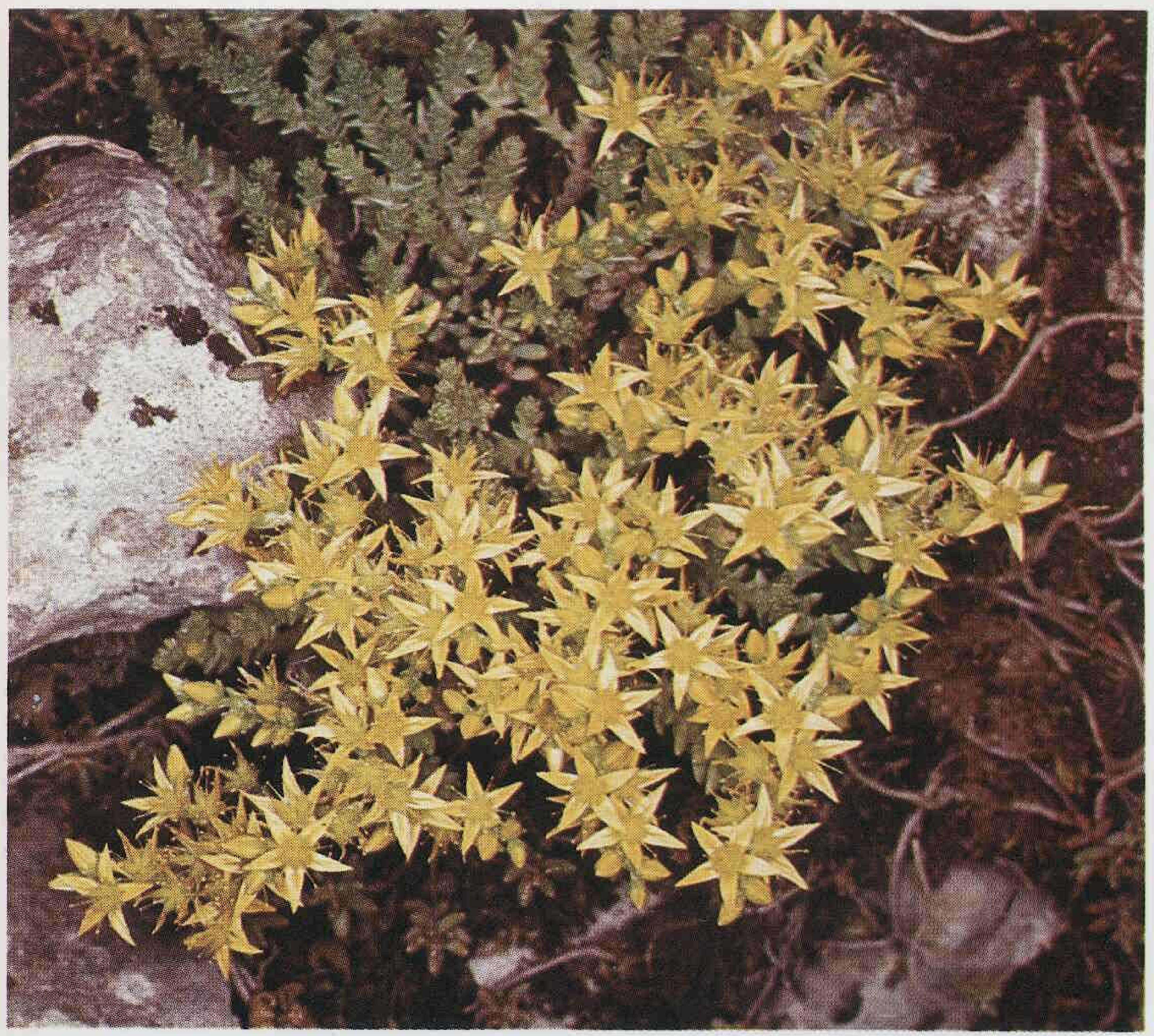




283 PAMPAJARITO

(Cat.: *crespinell picant*)
Sedum acre

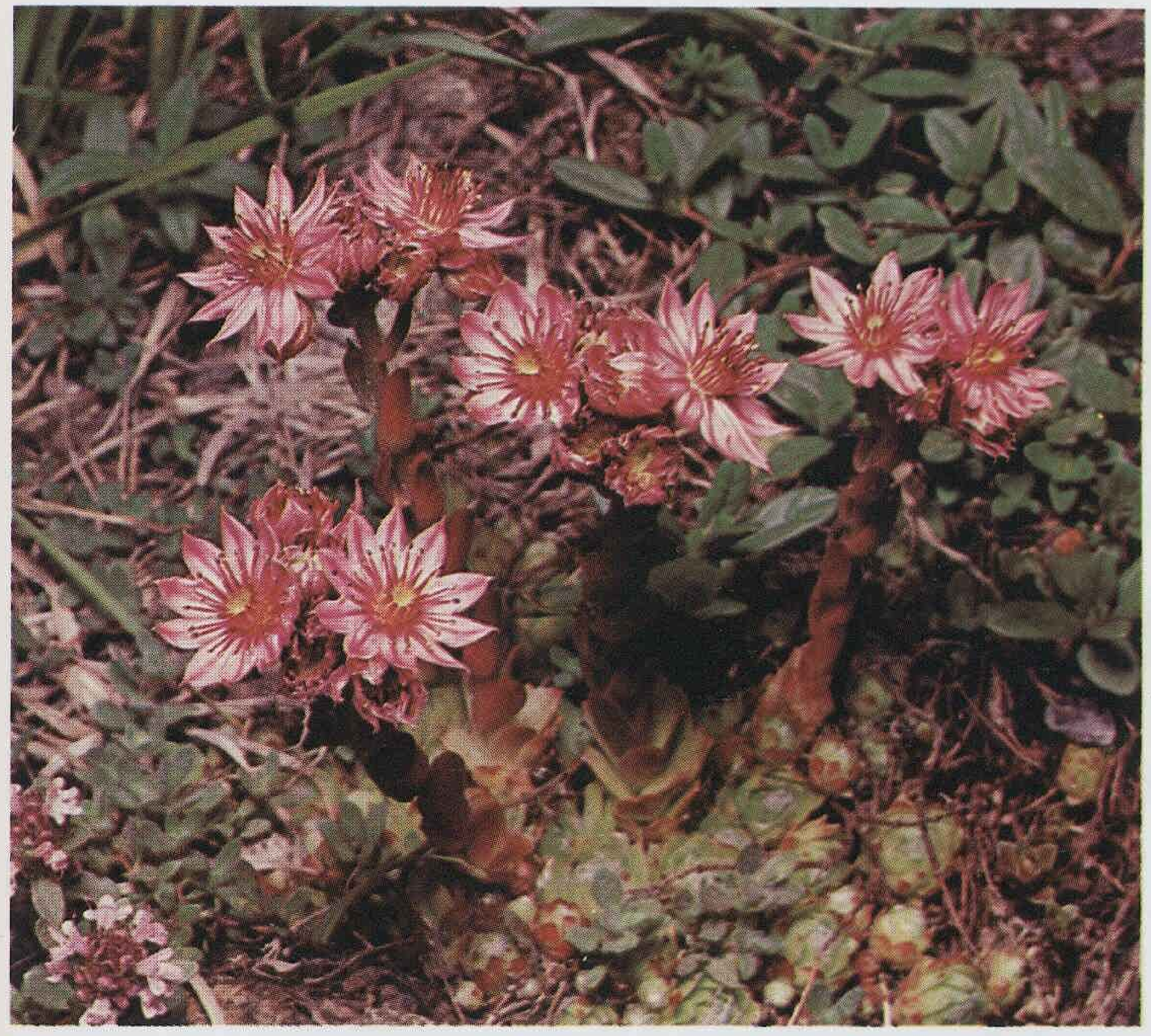
Familia Crasuláceas.
Descripción Del latín *sedare,* calmar, por sus propiedades emolientes. Hierba grasa con tallos muy numerosos y próximos, rastreros o bien erectos. Las hojas son alternas, carnosas, poco separadas entre sí o incluso imbricadas, sésiles, de forma elipsoidal. El punto de inserción de la hoja al tallo es ligeramente amplexicaule. Las flores son amarillas, dispuestas en espigas escorpioideas. El cáliz posee cinco sépalos, y la corola cinco pétalos lanceolados agudos. El fruto es una cápsula que contiene semillas ovaliformes. Común sobre viejos muros, en las rocas, desde el mar a las montañas. Mide por término medio 5 cm. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Toda la planta fresca.
Compuestos químicos Rutina, sedidrina, mucílagos, goma, resina.
Propiedades Hipotensivo, vulnerario, coricida, antiverrugoso, rubefaciente.
Modo de empleo Zumo, infusión, ungüento, enolito, liparolito.
Nota Por vía interna, a pesar de que presenta una acción hipotensiva, puede producir fenómenos de intolerancia. Su gusto es claramente ácido. Se ha utilizado casi siempre externamente como eficaz e inocuo calífugo natural. Se emplea también como madurador sobre los forúnculos, aunque puede producir irritaciones locales. Es una especie infectante y resulta imposible conservarla dadas las dificultades de su desecación.



284 SIEMPREVIVA

(Cat.: *sempreviva*)
Sempervirum arachnoideum

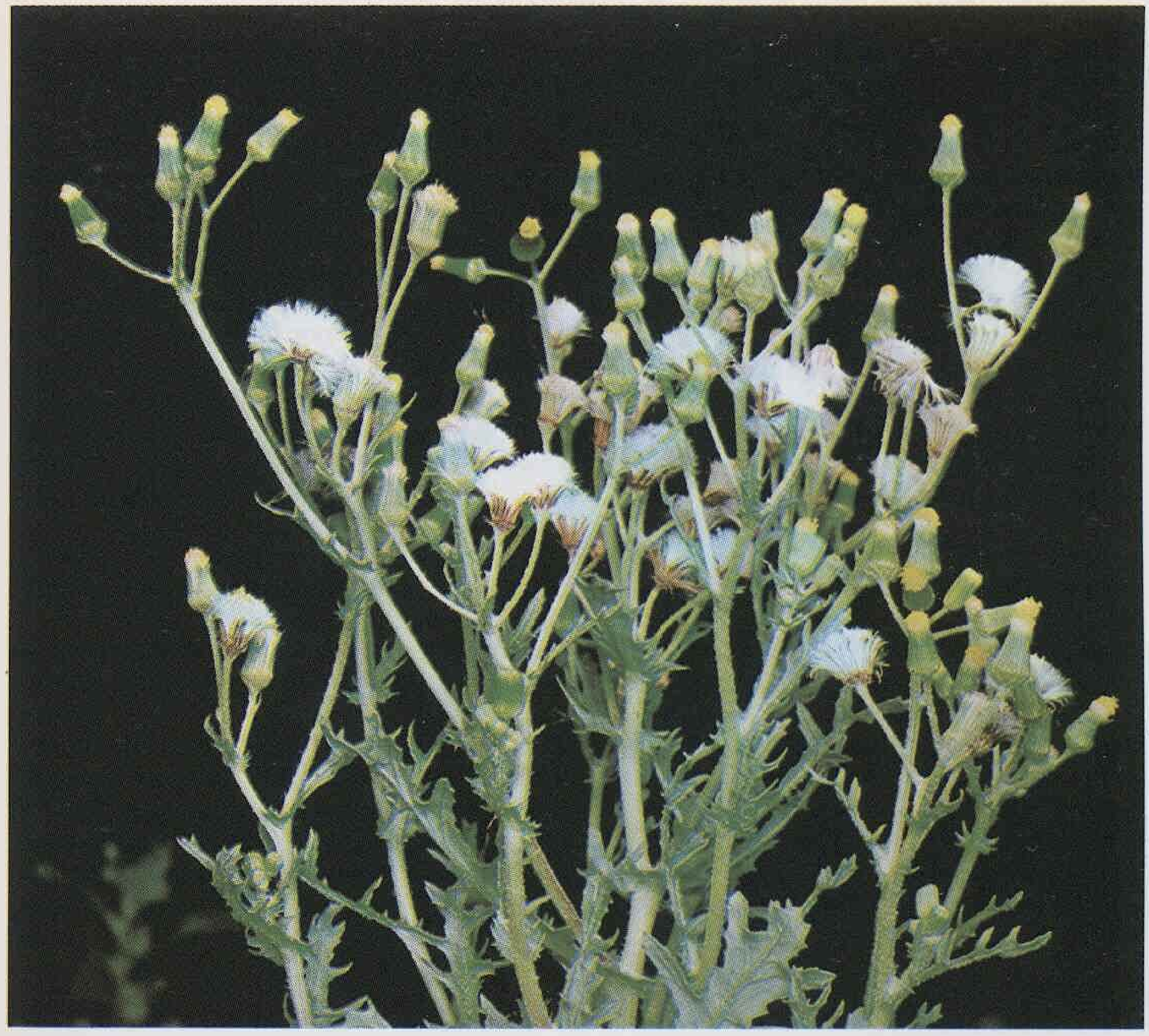
Familia Crasuláceas.
Descripción Planta grasa con tallos erectos que pueden llegar a medir más de 10 cm. Presenta hojas obovadas, con el ápice subagudo, glandulares, cubiertas de pelos blancos entrecruzados a modo de una tela de araña. Las flores se reúnen en corimbos. Tienen doce pétalos lanceolados de color violeta púrpura. Planta común en lugares pedregosos, sobre la roca. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, tanino, malatos, ácido fórmico.
Propiedades Emoliente, coricida, sedante, hemostática, oftálmica.
Modo de empleo Zumo, tintura, maceración, liparolito.
Nota La planta triturada y aplicada sobre los forúnculos los hace madurar. El zumo aspirado cierra las equistasis y algunas pérdidas de sangre de heridas ligeras. La masticación de las hojas tiene acción analgésica en las odontalgias. El mismo zumo, ligeramente calentado, produce efectos curativos en las otitis. Las hojas en maceración en vinagre, aplicadas a callos y verrugas, determinan su curación. La pulpa se emplea en mascarillas refrescantes sobre pieles enrojecidas y en eritemas solares.



285 HIERBA CANA

(Cat.: *herba conillera;* eusk.: *zorna-belar*)
Senecio vulgaris

Familia Compuestas.
Descripción Del latín *senex*, viejo, por los pelos blancos del vilano. Planta herbácea con raíz axonomorfa y muchas radículas. El tallo es frágil y poco ramificado. Las hojas son alternas, las superiores espatuladas y lobuladas con segmentos obtusos, a veces dentados. Las inferiores también son alargadas y espatuladas. Las flores se agrupan en una inflorescencia formada por cabezuelas colgantes. Las brácteas son más largas que el cáliz y forman un invólucro en cuyo interior se disponen las hojas amarillas con la corola pentadentada. El fruto es un aquenio pubescente, blanquecino, casi cilíndrico, con vilano. Puede superar los 30 cm. Frecuente en los bordes de los caminos, entre ruinas y en los huertos. Se recolecta en mayo.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Senecionina, resina, inulina, glucosa, sales de potasio.
Propiedades Emenagoga, vasoconstrictora, sedante cardíaca.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, polvos, jarabe.
Nota En algunos lugares esta especie se consume en las ensaladas, pero es desaconsejable su uso por la presencia de alcaloides. Las mujeres embarazadas no deben emplearla porque ejerce una acción congestiva del útero. No deben tenerse en cuenta sus prescripciones populares como laxante y colagogo. La planta se usó con éxito en forma de pomada para las hemorroides, por su capacidad vasoconstrictora.

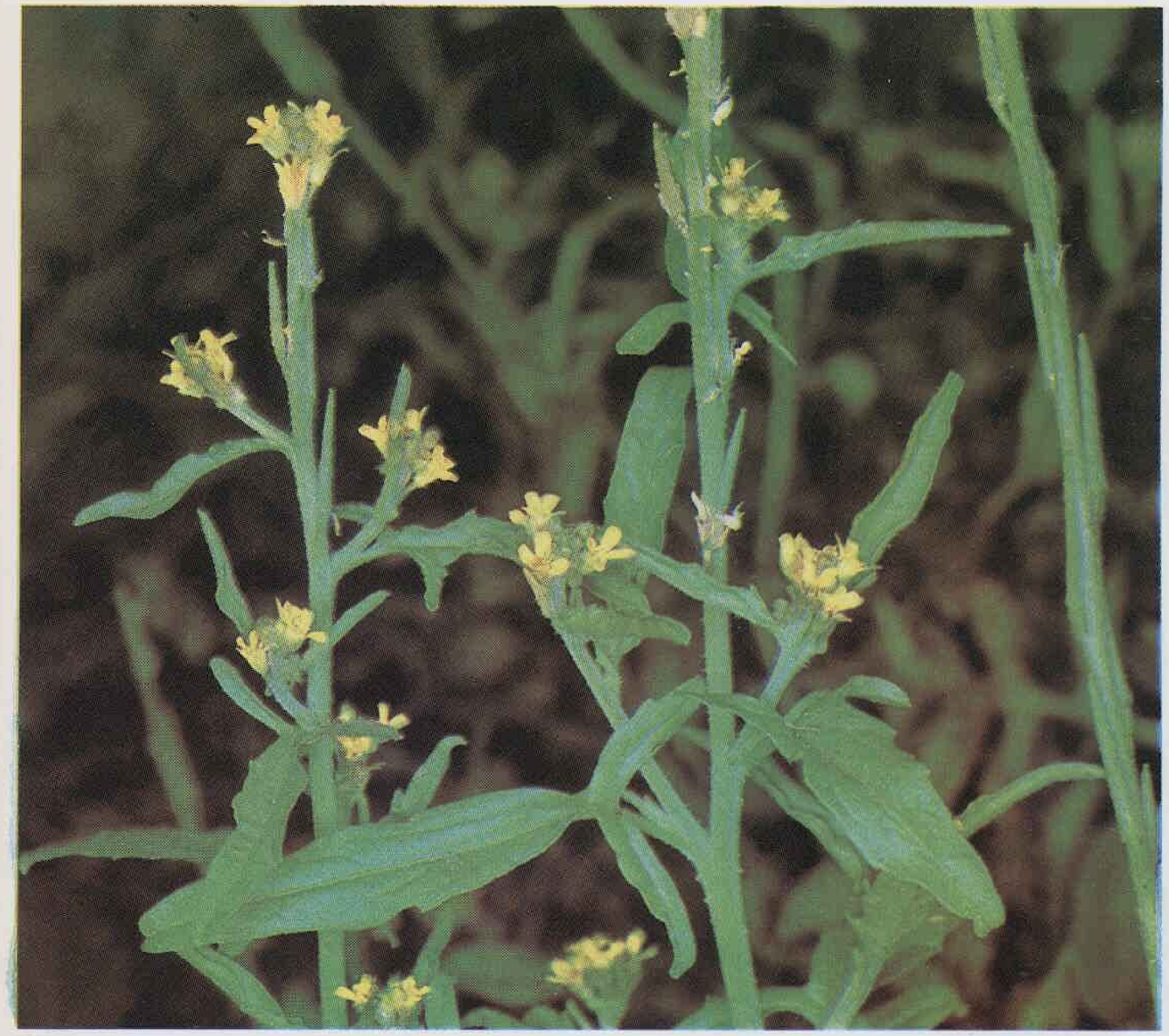


---

286 ERÍSIMO

(Cat.: *erísim;* eusk.: *mendaski*)
Sisymbrium officinale

Familia Crucíferas.
Descripción Planta con raíz axonomorfa y tallo erecto muy ramificado. Las hojas son pinnatosectas, pecioladas y dispuestas en roseta, lobadas con los lóbulos ovaloides. Las hojas superiores son casi sésiles, astadas. Las flores se agrupan en racimos terminales, algo colgantes, con cuatro sépalos y cuatro pétalos de color amarillo azufre. El fruto es una silicua con el pedúnculo muy próximo al tallo, portadora de semillas pardas. Muy común del litoral a las colinas, se da preferentemente en las zonas incultas, a lo largo de los caminos. Alcanza una altura media de 50 cm. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Esencia, mirosina, mucílagos, dextrina, pectina, glucósidos.
Propiedades Antiafónico, descongestionante, diurético, expectorante.
Modo de empleo Jarabe, infusión, extracto fluido, polvos, zumo.
Nota Se llama también «hierba de los cantantes» por sus propiedades antiafónicas. Se añade a las ensaladas. Seca es casi inactiva, por lo que se hace necesario efectuar los preparados con droga recogida recientemente. Se piensa que la acción proviene de la esencia sulfurosa que posee. A menudo se asocia con el zumo de berro y rábano como descongestivo de las irritaciones de la laringe.



287 ZARZAPARRILLA

(Cat.: *arítjol;* eusk.: *latx*)
Smilax aspera

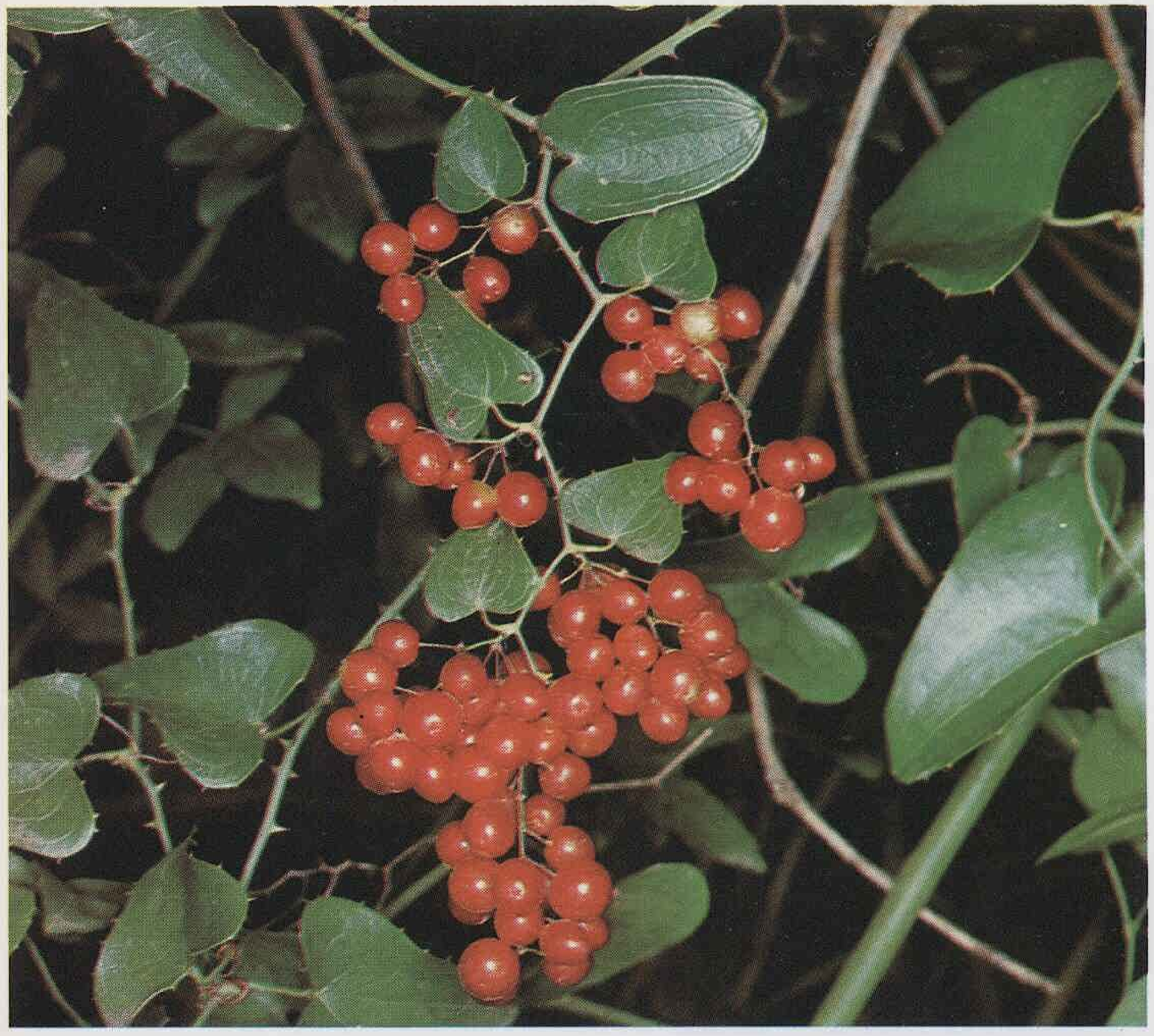
Familia Liliáceas.
Descripción Subarbusto trepador provisto de rizoma corto y raíces blanquecinas. El tallo es lianoso y espinoso, provisto de ramitas muy aculeadas. Las hojas son persistentes, de color verde oscuro, coriáceas, espinosas, acorazonadas, reticuladas. Las flores, una veces blancas y otras verdosas, se reúnen en umbelas en racimos dispuestos en la axila de las hojas. El fruto es una baya roja que contiene semillas casi esféricas. Puede alcanzar los 2 m. Es frecuente en la zona mediterránea y, en general, en las áreas litorales no urbanizadas. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Almidón, colina, manosa, glucosa, fenoles, nitrato potásico, heterósidos.
Propiedades Depurativa, diurética, diaforética.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, polvos, jarabe.
Nota La zarzaparrilla se utiliza en algunas regiones como medio de defensa de los campos, al formar setos impenetrables. Es una planta depurativa por excelencia, y por ello casi siempre se emplea con la dulcamara en los preparados depurativos primaverales. En algunos casos se emplea sobre costras a modo de cataplasma.

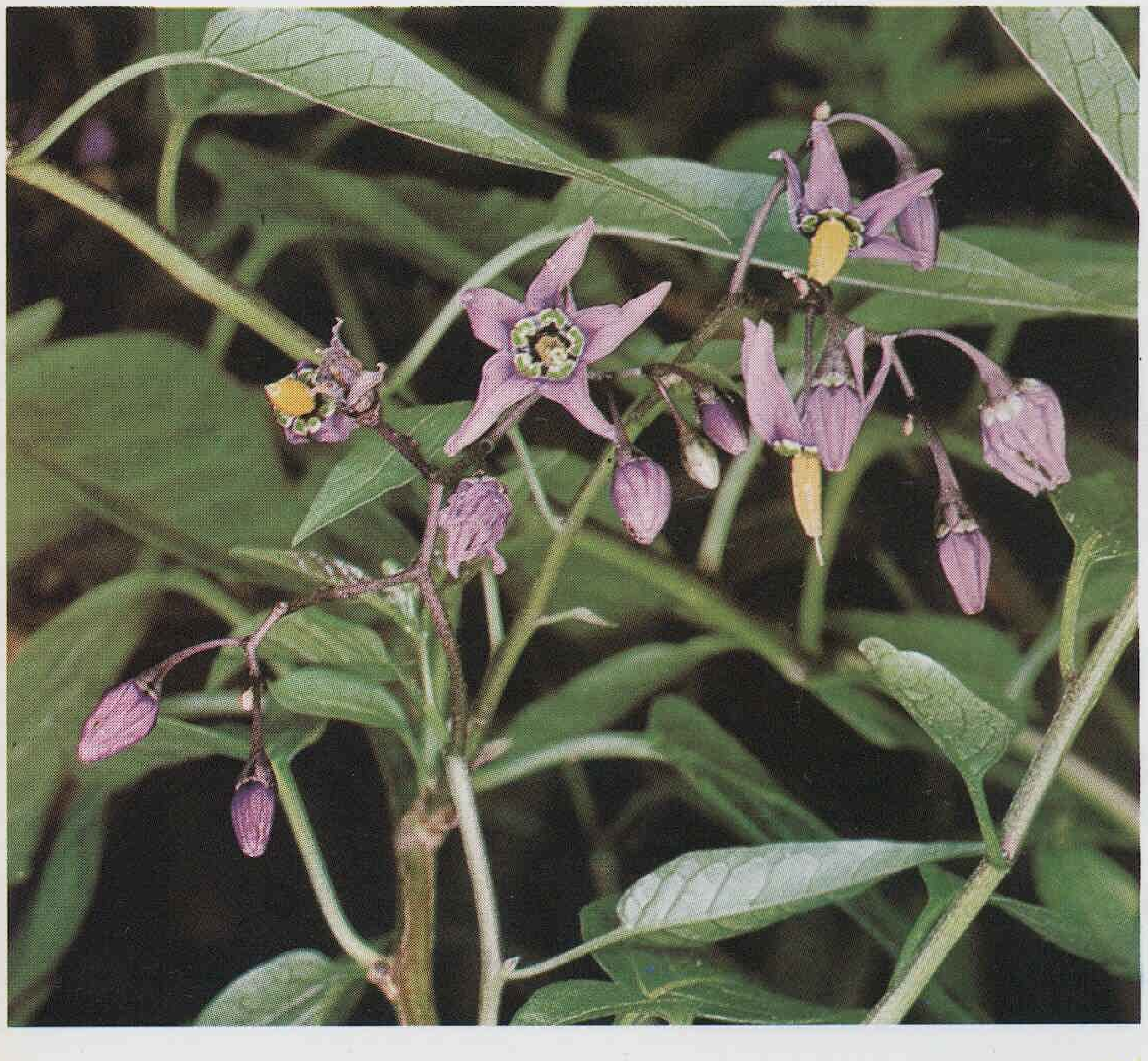
---

288 DULCAMARA

(Cat.: *morella;* eusk.: *moreno-belar*)
Solanum dulcamara

Familia Solanáceas.
Descripción Del latín *solamen,* alivio. Arbusto provisto de tallo cilíndrico de varios metros de longitud, ramificado, de color pardo claro. La raíz es cilíndrica y fibrosa. Las hojas son alternas, pecioladas, ovales, acuminadas, acorazonadas, trilobuladas. Las flores se agrupan en corimbos de color violeta. El cáliz es pentalobulado. El fruto es una baya ovoidal, con abundante zumo, al principio verde, después rojo al llegar a la madurez, con muchas semillas. Es común en estado espontáneo del mar a la montaña, en los setos, muros y azudes. Se recolecta en abril.
Partes utilizadas Los tallos.
Compuestos químicos Dulcamarina, solaneína, ácido dulcamarínico, tanino, sustancia amarga, pectina.
Propiedades Depurativa, diaforética, sedante.
Modo de empleo Polvos, decocción, extracto fluido, tintura.
Nota A pesar de que puede utilizarse a pequeñas dosis, la dulcamara es venenosa y actúa a nivel sanguíneo. Los envenenamientos producen vómitos, descargas diarreicas, calambres. Si se actúa a tiempo, el diagnóstico nunca resulta desfavorable. En la moderna fitocosmética, se han logrado buenos resultados contra la celulitis mediante cataplasmas de hojas verdes trituradas. Los tallos verdes, masticados, producen primero un sabor nauseabundo y después dulce, y de ahí el nombre de la especie. La acción es parecida a la de la zarzaparrilla, a la que puede sustituir ventajosamente. En las equimosis sin heridas se han aplicado bayas aplastadas con efecto resolvente.

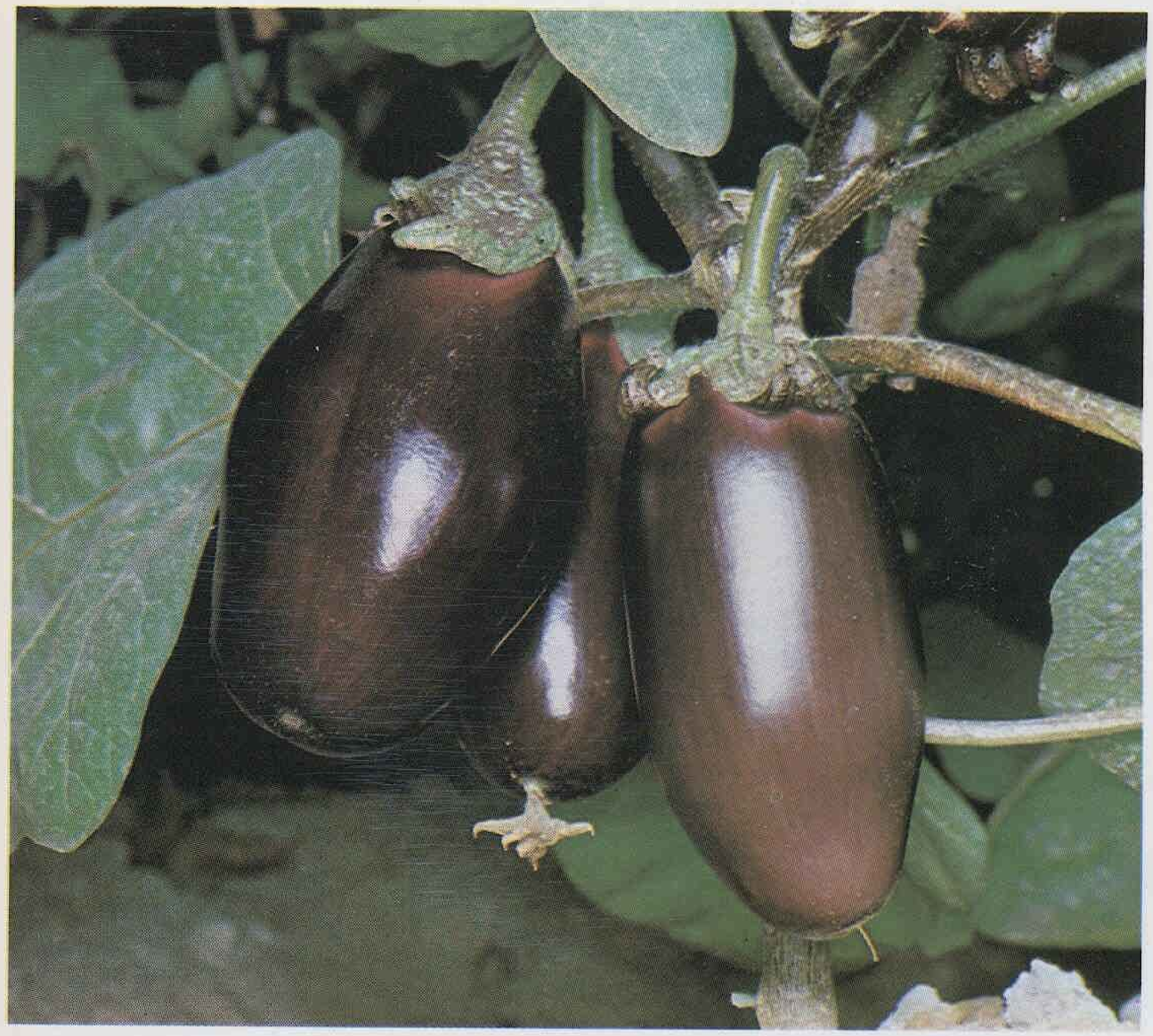




289 BERENJENA

(Cat.: *alberginiera;* eusk.: *itsasurdare*)
Solanum melongea

Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea erecta, con tallos ramificados. Las hojas, alternas, son ovadoelípticas, con ápice agudo, enteras o lobuladodentadas, con pecíolo, tomentosas. Las flores se disponen en la axila de las ramificaciones, pedunculadas. El cáliz es multilobulado, y la corola es tubular y multilobulada, de color violeta. El fruto es una baya de forma elipsoidal o globosa, con pulpa blanda, portadora de numerosas semillas pardas. Esta especie es originaria de la India, y ha sido naturalizada desde hace tiempo. Se cultiva frecuentemente en los huertos y es rara en forma espontánea. Puede medir más de 70 cm. Se recolecta a finales de verano.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Proteínas, hidratos de carbono, vitaminas A, B1, B2, C, sustancias semejantes a la cinarinosina.
Propiedades Hipotensiva, antihemorroidal.
Modo de empleo Decocción, tintura, liparolito, enolito.
Nota Esta especie actúa como excelente regulador del colesterol. El fruto se conserva en distintos preparados tanto para uso alimentario como medicinal. Externamente ofrece reales ventajas en la cura del fastidioso dolor hemorroidal, mediante preparaciones grasas y aceitosas. Bastante nutritiva, antaño se conoció la berenjena con el nombre de «carne del pobre».

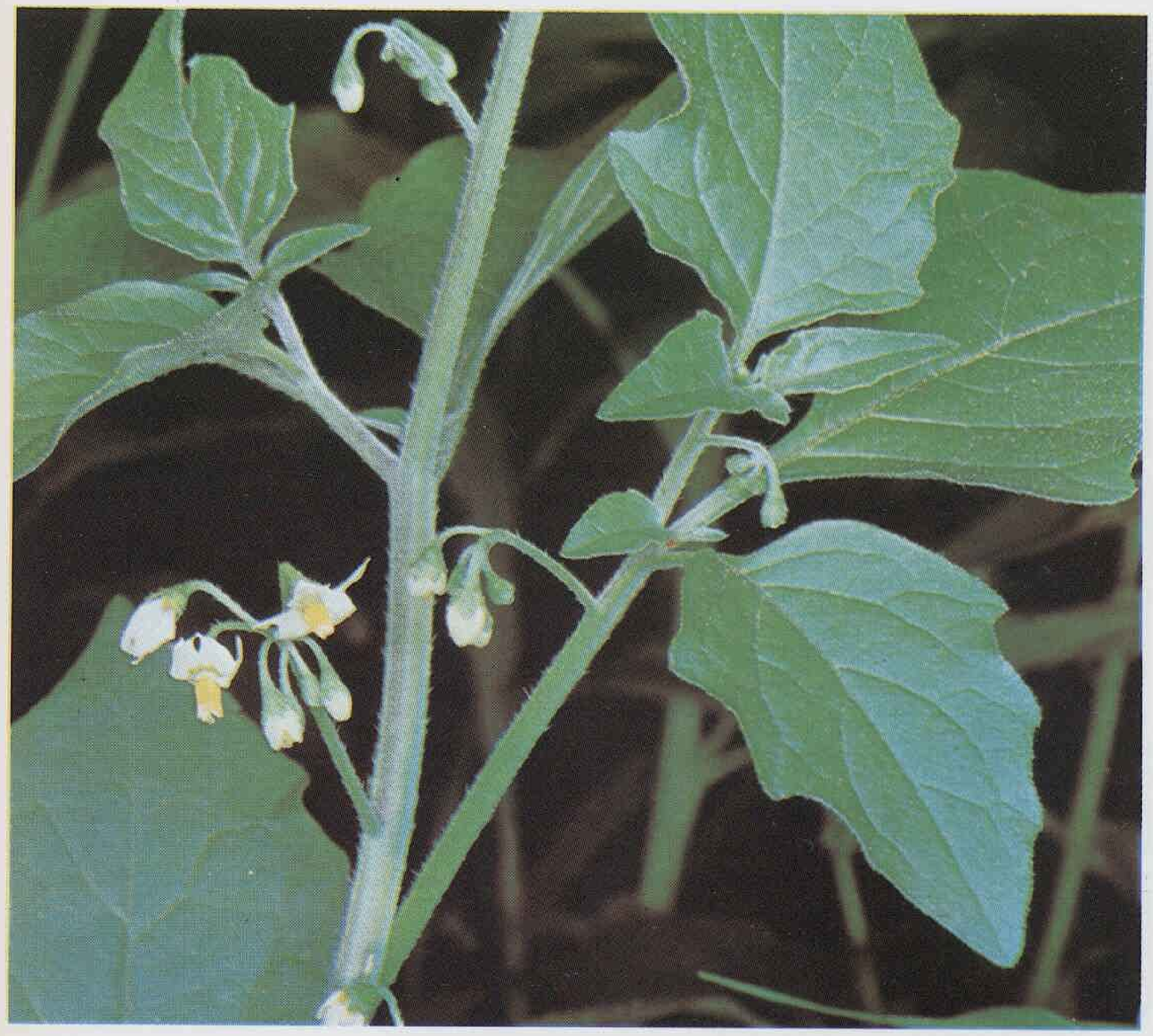


---

290 HIERBA MORA

(Cat.: *morella;* eusk.: *moreno-belar*)
Solanum nigrum

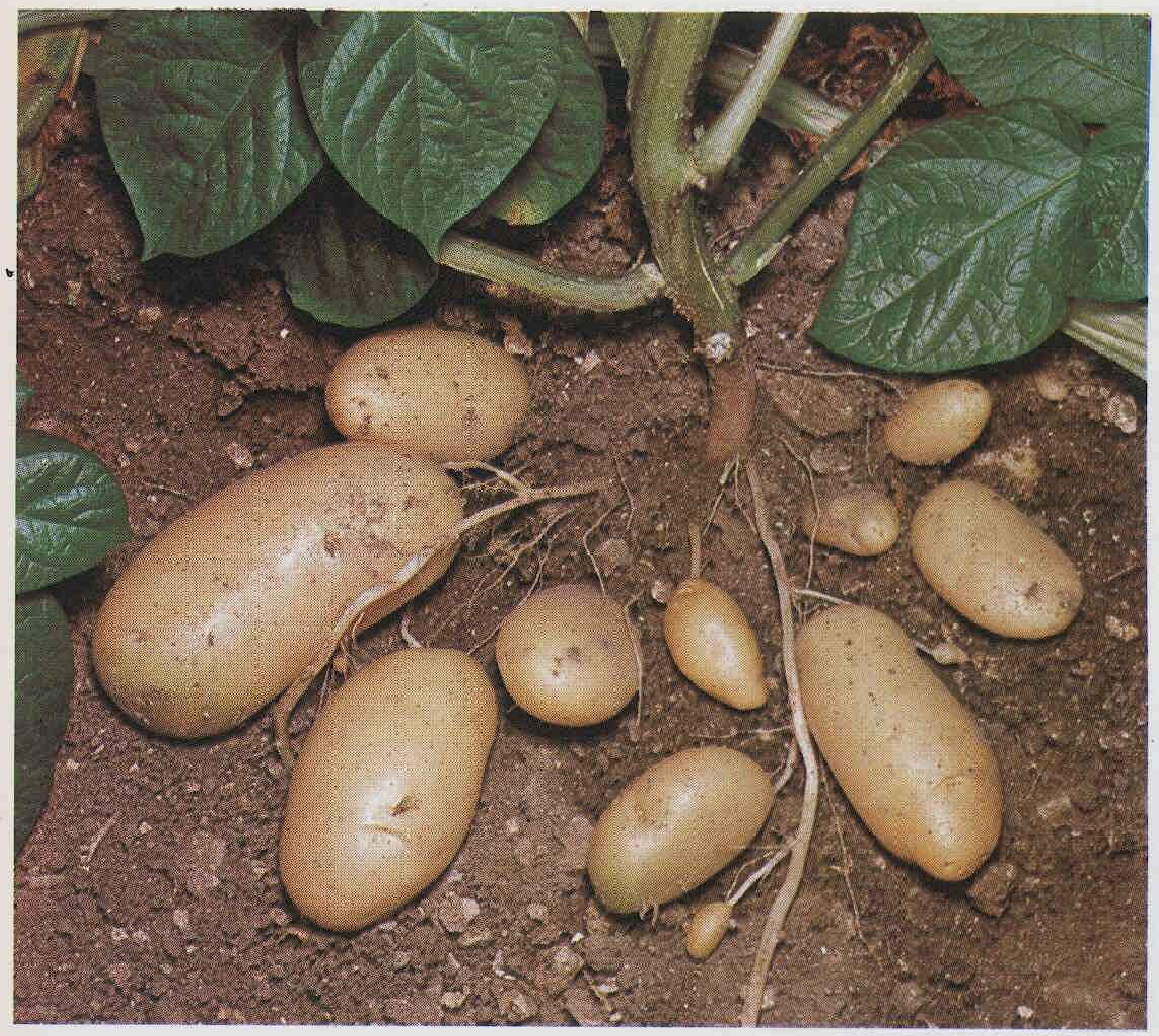
Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea anual, con raíz axonomorfa de color blanquecino. El tallo es herbáceo y ramificado. Las hojas son alternas, ovadas o romboidales y ovadorromboidales, terminadas en punta, verdes, ligeramente pubescentes, frágiles. Las flores son blancas, pentalobuladas, dispuestas sobre corimbos apicales. Las bayas son verdes y negras al llegar a la madurez, jugosas, con numerosas semillas pequeñas reniformes. Puede alcanzar el metro de altura. Prefiere los lugares baldíos, los escombros y cualquier suelo con abundantes sales, del litoral a la montaña. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Solanina, asparragina, rutina, tanino, ácidos linoleico y palmítico, solangustina.
Propiedades Sedante, narcótica, emoliente.
Modo de empleo Zumo, tintura, extracto fluido y blando, oleolito.
Nota Esta planta ha sido utilizada desde antiguo por sus propiedades sedantes y paralizantes de las innervaciones nerviosas. No es aconsejable en uso interno por su toxicidad. Puede emplearse externamente en las periartritis. El zumo de las bayas, evaporado, actúa como analgésico en las odontalgias. Esta especie se emplea a menudo para preparar pomadas con acción antálgica local.



291 PATATA

(Cat.: *patatera;* eusk.: *lur-sagar*)
Solanum tuberosum

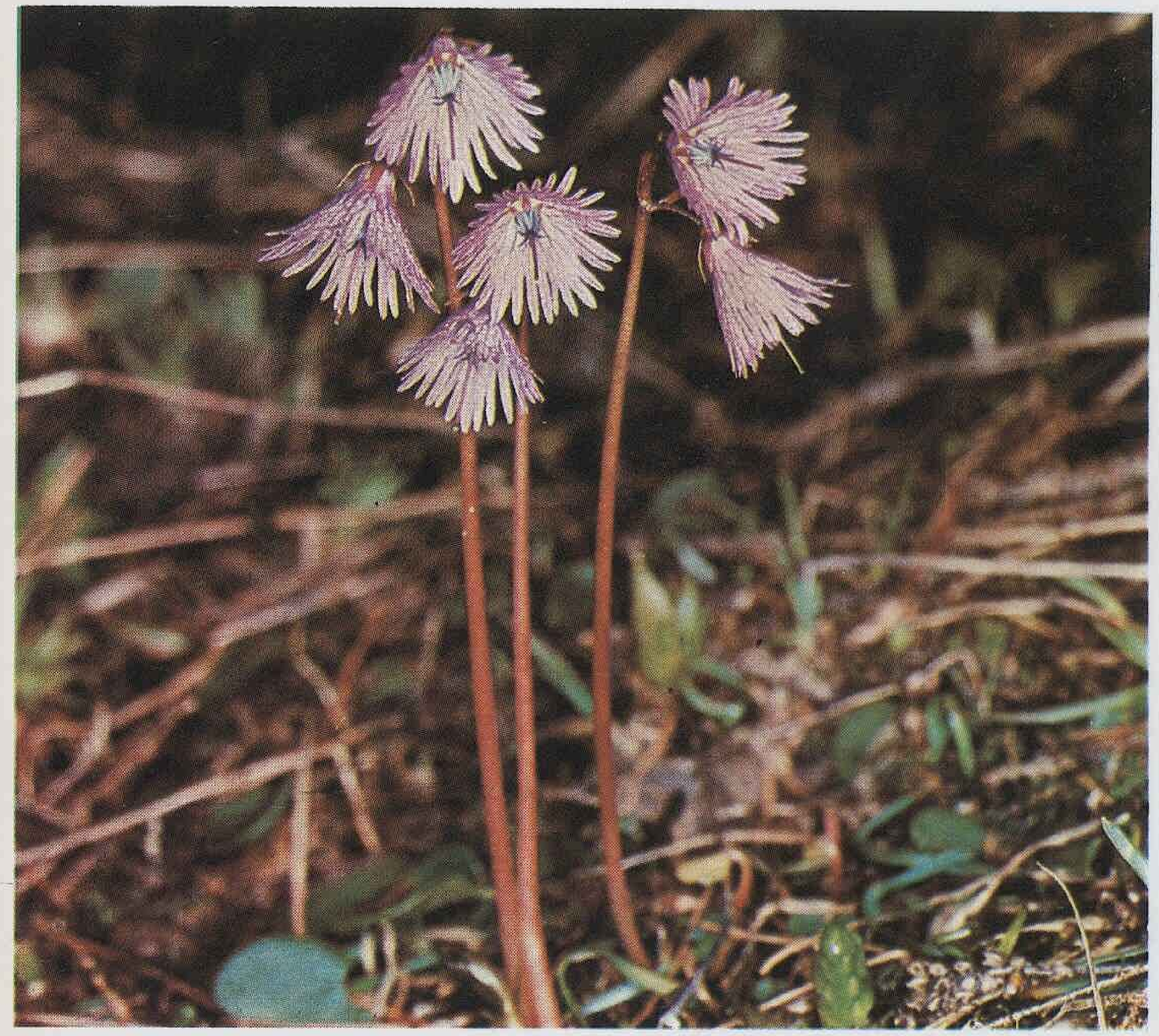
Familia Solanáceas.
Descripción Planta herbácea con raíz estolonífera tuberosa y tallos ramificados angulosos. Las hojas son alternas, imparipinnadas y pecioladas, con segmentos tomentosos. Las flores se reúnen en una cima escorpioide con el cáliz monosépalo y la corola de color blanco violáceo. El fruto es una baya globosa verdosa que contiene las semillas. La especie procede de América del Sur, y actualmente se cultiva en el mundo entero. Puede alcanzar más de un metro de altura. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Solanina, almidón, tropeína, ácidos.
Propiedades Antiespasmódica, antiflogística.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, liparolito.
Nota Las hojas, los tubérculos y los frutos son peligrosos y tóxicos por su contenido de solanina. El tubérculo, además de su uso culinario, tiene también empleo medicinal, como lenitivo en las irritaciones oculares, y en forma de pasta puede emplearse en las irritaciones cutáneas, sobre las llagas y hemorroides. El agua de ebullición de los tubérculos resulta muy adecuada para abrillantar los objetos de plata, muebles y pieles. Se emplea también el zumo de la planta contra la pirosis, pero su uso no es recomendable. Se preparan mascarillas emolientes y detergentes para las pieles grasas y rugosas.



292

Soldanella alpina

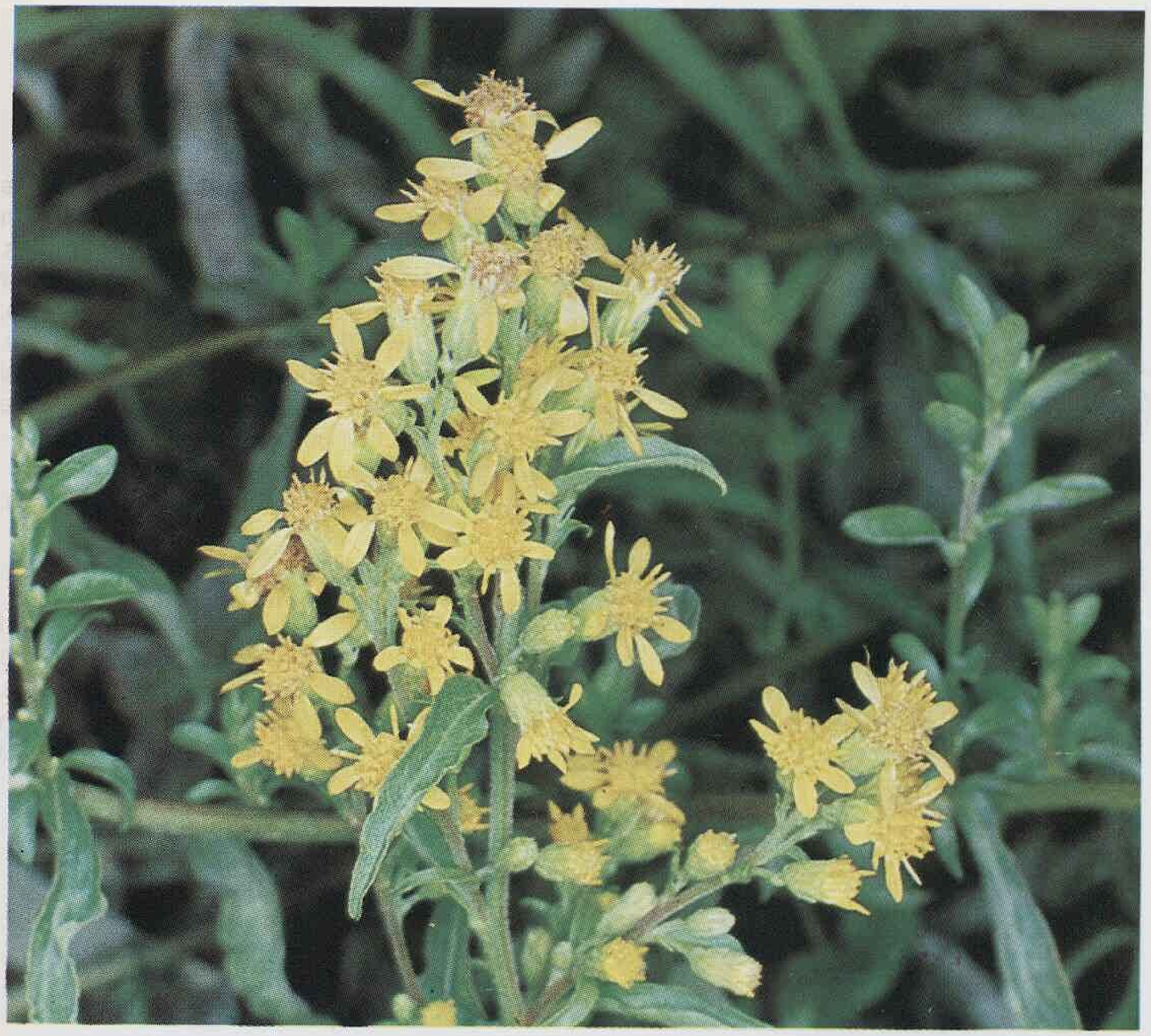
Familia Primuláceas.
Descripción Planta herbácea con rizoma oblicuo y numerosas radículas de las que brotan las hojas de forma reniforme. Poseen éstas largos pecíolos cilíndricos, y son coriáceas y ligeramente grasas. Las flores son solitarias o se disponen en umbela, sostenidas por largos pedúnculos, con un conjunto de brácteas. El cáliz es pentapartido, y la corola, acampanada, de color lila o violeta, con la parte superior de la campana finamente laciniada. Presenta cinco estambres y un estigma con botón. El fruto es una cápsula surcada portadora de semillas reniformes. Se trata de una especie típica de los pastos alpinos próximos al punto de fusión de las nieves y hielos. Mide por término medio unos 10 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Tanino, sales, glucósidos.
Propiedades Purgante.
Modo de empleo Decocción.
Nota El rizoma ha sido utilizado en los pueblos alpinos por su acción laxante. Sin embargo, su uso debe restringirse al caso de necesidad y ante la absoluta imposibilidad de procurarse otras drogas más activas.



293 VARA DE ORO

(Cat.: *vara d'or*)
Solidago virga-aurea

Familia Compuestas.
Descripción Hierba erecta, con rizoma axonomorfo del que parte varios tallos ramificados. Las hojas son alternas, ovales o elípticas en la base, pecioladas, agudas, dentadas; enteras y sésiles las superiores. Espigas formadas de flores y hojas con cabezuelas constituidas por numerosas brácteas imbricadas. Las lígulas son de color amarillo oro; la corola es tubular. El fruto es a su vez un aquenio anguloso, provisto de un vilano sedoso. Se trata de una especie frecuente en el llano y en las colinas, en campos baldíos, en terrenos con abundante sílice. Mide por término medio 50 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Inulina, saponina, resina, esencia, mucílagos, tanino.
Propiedades Diurética, antiséptica, urocolítica, diaforética.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, jarabe.
Nota Es una especie muy conocida por su presunta capacidad litóntrica en las calcosis renales. Usada también por sus propiedades antisépticas en las enteritis infantiles, en general junto a la salicaria. Externamente sirve como colutorio en las aftas bucales y se aplica en cataplasmas sobre las heridas recientes. La preparación vinosa o ligeramente alcohólica parece más activa que las infusiones.

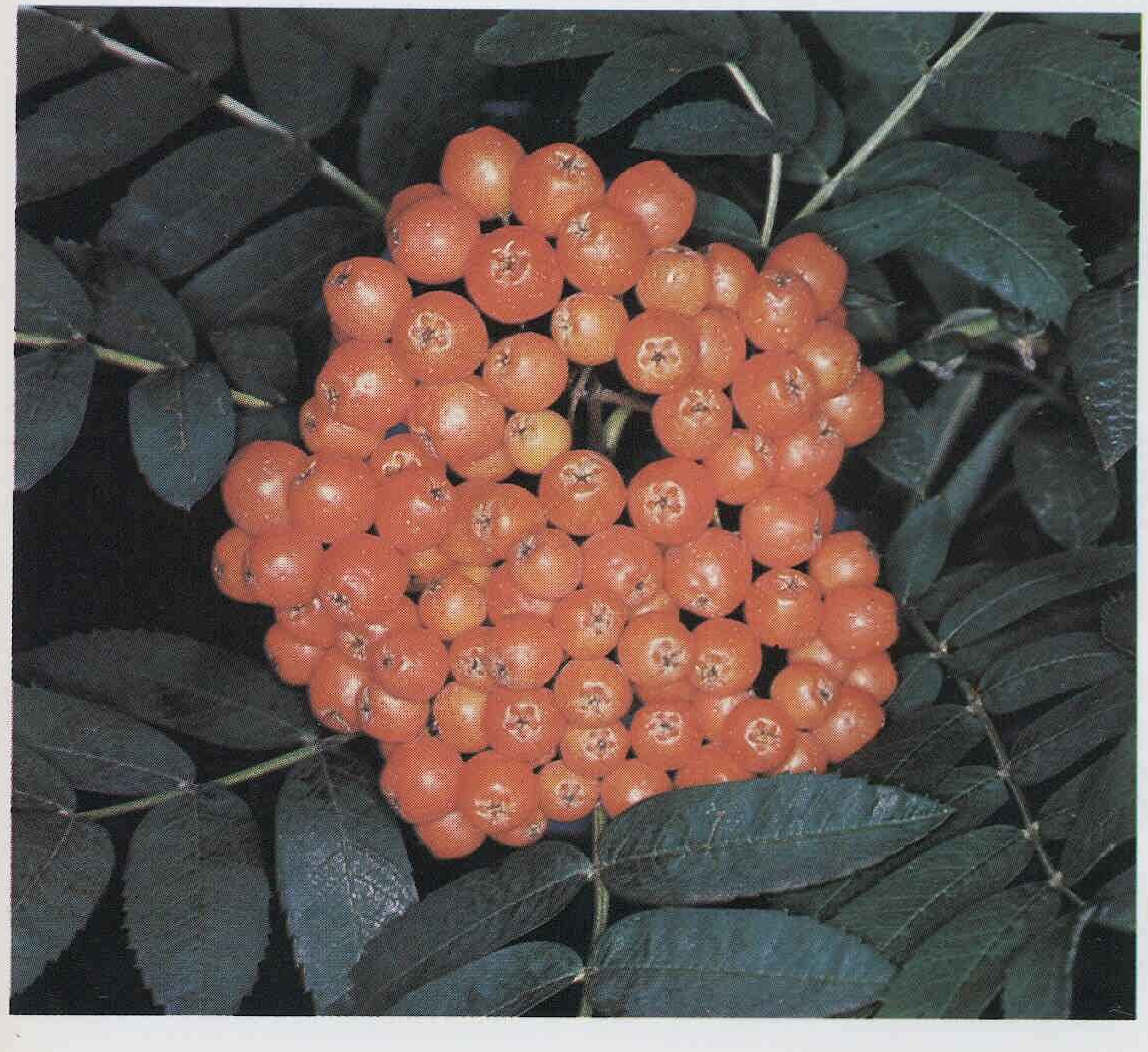


---

294 SERBAL SILVESTRE

(Cat.: *server de bosc;* eusk.: *udalatx*)
Sorbus aucuparia

Familia Rosáceas.
Descripción Árbol con tronco recto y corteza rojiza. Las hojas son alternas, estipuladas, con pecíolo pequeño, imparipinnadas, oblongas, agudas, aserradas, simétricas. La cara superior es más verde que la inferior. Las flores blancas, muy numerosas, se agrupan en corimbos apicales. El cáliz es pentasépalo y la corola pentapétala. Los frutos son aquenios contenidos en la parte carnosa del receptáculo. El falso fruto es ovoidal, de color rojo anaranjado o carmín. Puede alcanzar más de 12 m de altura. Se recolecta en setiembre.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Tanino, sorbitol, ácido sórbico, sacarosa, ácido cítrico, ácido málico, sorbina, vitamina C.
Propiedades Astringente, antidiarreico.
Modo de empleo Jarabe, zumo, extracto fluido, electuario.
Nota Con los falsos frutos se preparan mermeladas ligeramente acídulas, aunque agradables, y después de la maceración puede obtenerse alcohol. Las semillas contienen aceite además de ácido cianhídrico, y por ello no deben emplearse en las preparaciones caseras. La madera del serbal es buscada para los trabajos de tornería por ser muy compacta. Las hojas y la corteza se utilizan por sus propiedades astringentes en las aftas bucales y en las pirosis. Externamente, los falsos frutos permiten la preparación de mascarillas astringentes para pieles rugosas.



295

Sorghum vulgare

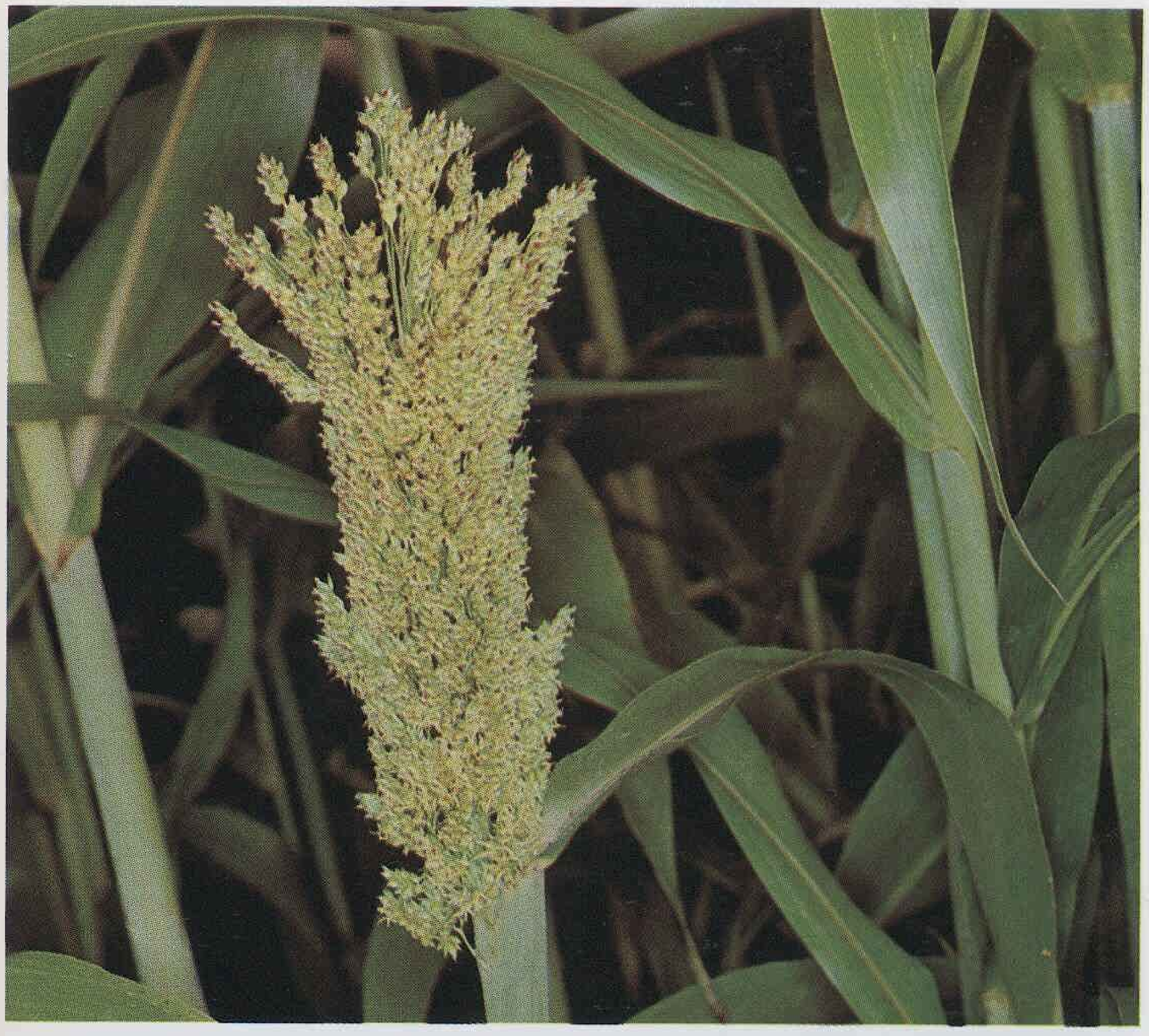
Familia Gramíneas.
Descripción Planta con raíz fasciculada, fibrosa, culmo erecto, nudoso. Las hojas son anchas, dentadas, escabrosas, liguladas, con costillas. Espiga apical formada por varias espiguillas rojizas. El fruto es un cariópsido oblongo. Esta especie procede de la India y actualmente se cultiva por doquier. Alcanza una altura superior a 2 m. Se recolecta en verano y otoño.
Partes utilizadas La inflorescencia.
Compuestos químicos Almidón, azúcar, ácidos, pirogalol, pectina.
Propiedades Astringente, hemostática, antidiarreica.
Modo de empleo Infusión, tintura, enolito.
Nota La planta se cultiva ampliamente como forraje para el ganado vacuno, puesto que es muy nutritiva por su contenido en azúcares. Se aprovecha también para la fabricación de escobas. Con las raíces y los culmos se preparan decocciones concentradas para alimento de engorde de ocas y gallinas. Se intentó la extracción del azúcar a partir de la caña, para competir con el de remolacha, pero las sustancias que forman las escorias son de difícil eliminación.

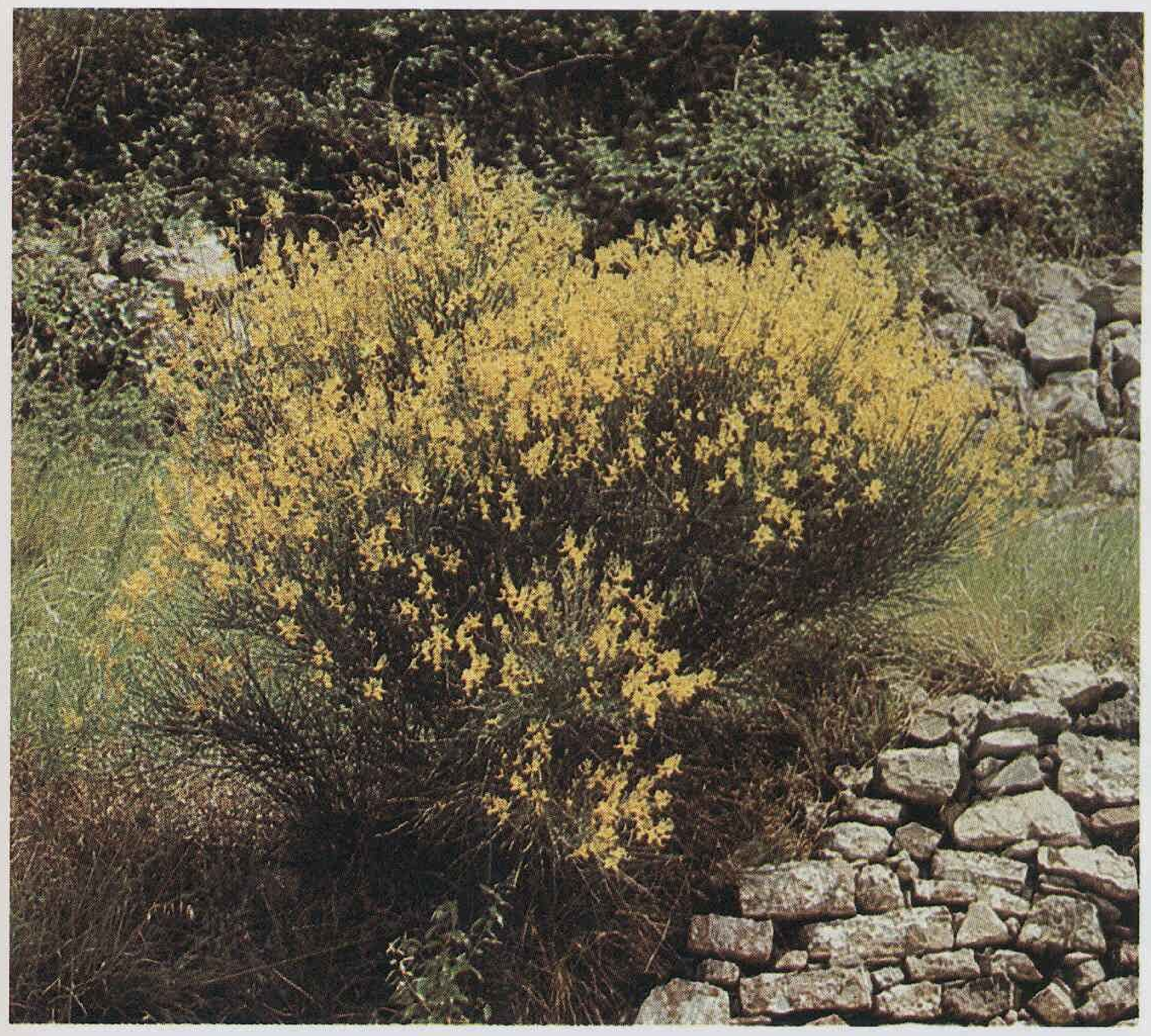
---

296 RETAMA DE OLOR

(Cat.: *ginesta;* eusk.: *esparzu*)
Spartium junceum

Familia Papilionáceas.
Descripción Del griego, *sparton,* liga, por las fibras textiles obtenidas. Arbusto de raíz axonomorfa y numerosas radículas, con tallos erectos, ramificados. Las ramas son cilíndricas, estriadas, flexibles, con médula. Las hojas son alternas, lineares, ovales, caducas. Las flores se reúnen en racimos con el cáliz pentadentado. Quilla formada por dos pétalos separados. El fruto es una legumbre plana, negruzca, que contiene semillas ovoidales oscuras. Frecuente en el litoral, en las laderas, y en general sobre suelo calcáreo, tanto espontánea como cultivada. Puede llegar a medir más de 3 m. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Citisina, colorantes, esencia, tanino.
Propiedades Diurética, purgante.
Modo de empleo Infusión, enolito, tintura.
Nota Conviene no rebasar las dosis, ya que la citisina presente actúa como tóxico. La acción diurética es segura y poderosa. La planta se aprovecha industrialmente a fin de obtener fibras adecuadas para la elaboración de cuerdas o tejidos. Con las ramas más pequeñas se fabrican cestos. Las flores posibilitan la extracción de una sustancia colorante amarilla. Se ha supuesto que la citisina presenta una acción ligeramente antídota frente al veneno de la víbora, pero ello no se ha estudiado aún con detalle. Con las cimas se confeccionan escobas rústicas.





297 BETÓNICA

(Cat.: *betònica;* eusk.: *sugeri*)
Stachys officinalis

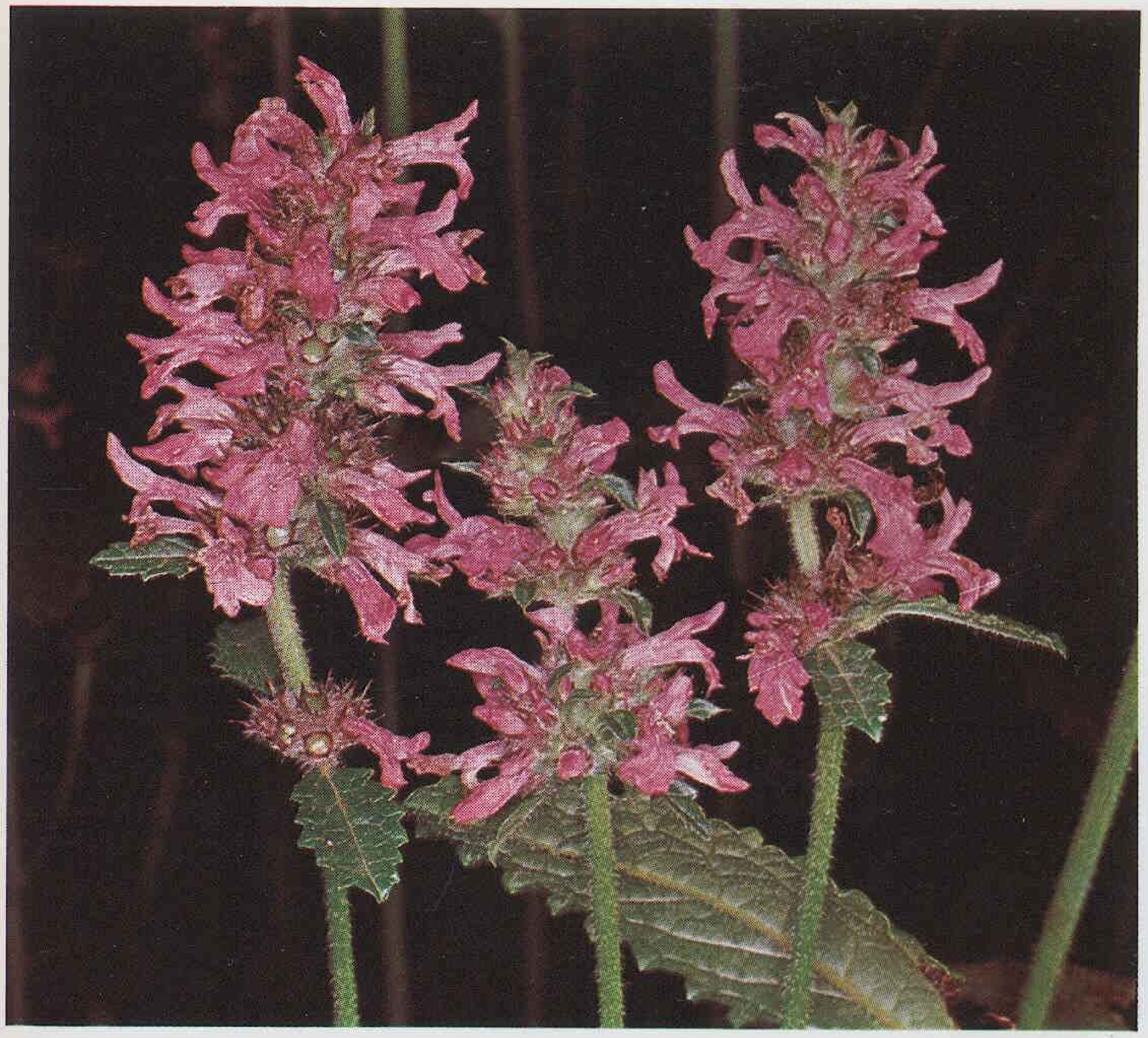
Familia Labiadas.
Descripción Hierba vivaz, con pequeño rizoma del que parte un tallo frágil de sección cuadrada, tomentoso. Las hojas basales son muy pecioladas, mientras que en las caulinares el pecíolo se reduce progresivamente hasta desaparecer. Son acorazonadas, elípticas, opuestas, dentadas, tomentosas. Las flores se reúnen en glomérulos verticilados. El cáliz es tubular y acampanado. La corola posee el labio superior obtuso y el inferior trilobulado. La corola es rosada. El fruto es un tetraquenio ovoidal. Especie muy común en los prados húmedos desde el mar a las colinas, sobre terrenos ácidos. Se recolecta en mayo. Alcanza una altura superior a los 30 cm.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Tanino, estaquidrina, colina, betaína, esencia.
Propiedades Colagoga, carminativa, digestiva, anticefálica, vulneraria.
Modo de empleo Infusión, polvos, extracto fluido, enolito.
Nota La aspiración de los polvos de la betónica provocan el estornudo, por lo que resultan útiles en los resfriados de cabeza. Las hojas poseen una acción específica por vía interna en las cefaleas, y externamente sobre las heridas, lo que conduce a su rápida cicatrización, con una acción colateral detergente. Conviene prestar atención al uso interno del rizoma, ya que puede provocar vómitos y descargas alvinas.

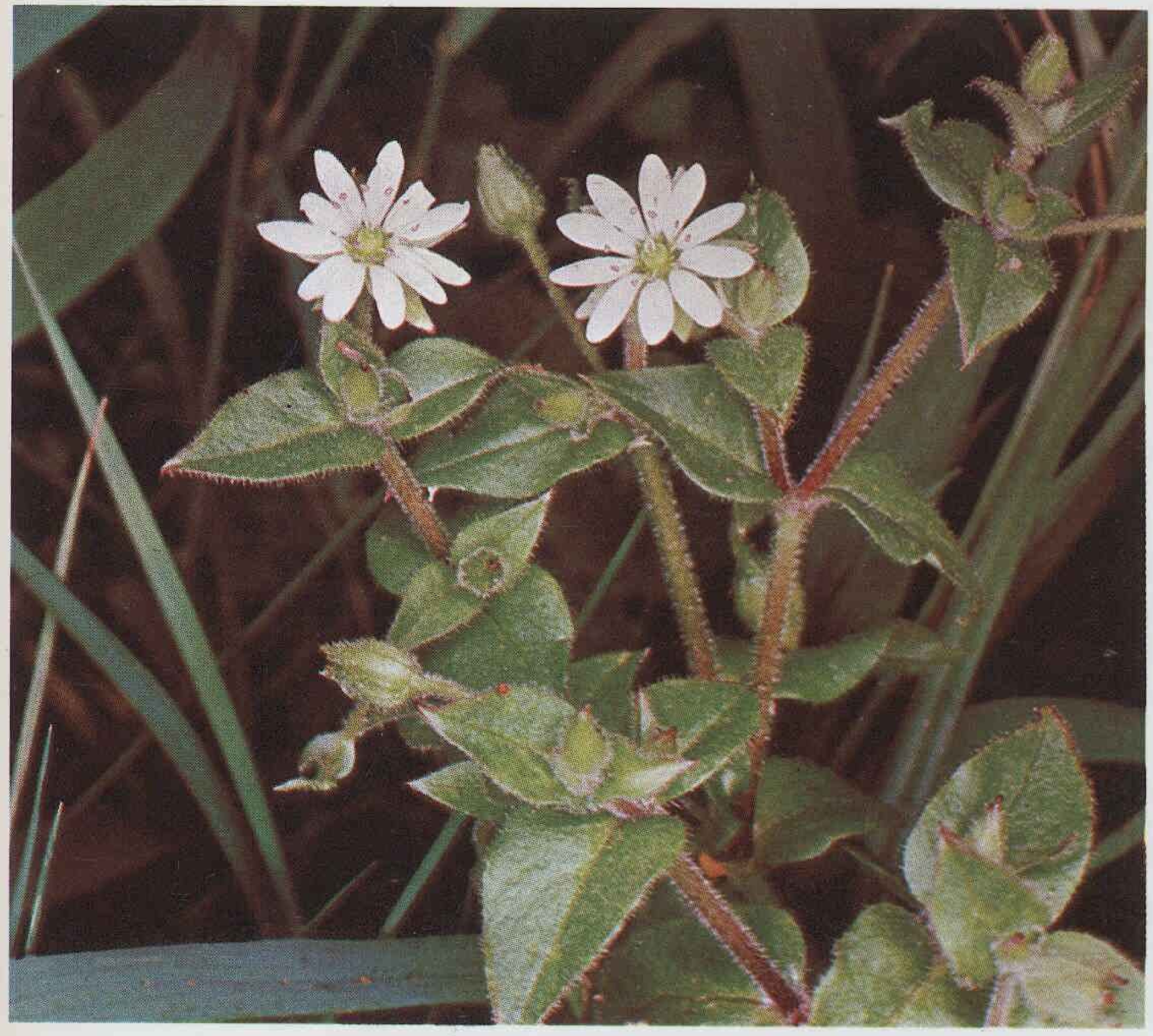
---

298 PICAGALLINA

(Cat.: *picagallina;* eusk.: *sapa-belar*)
Stellaria media

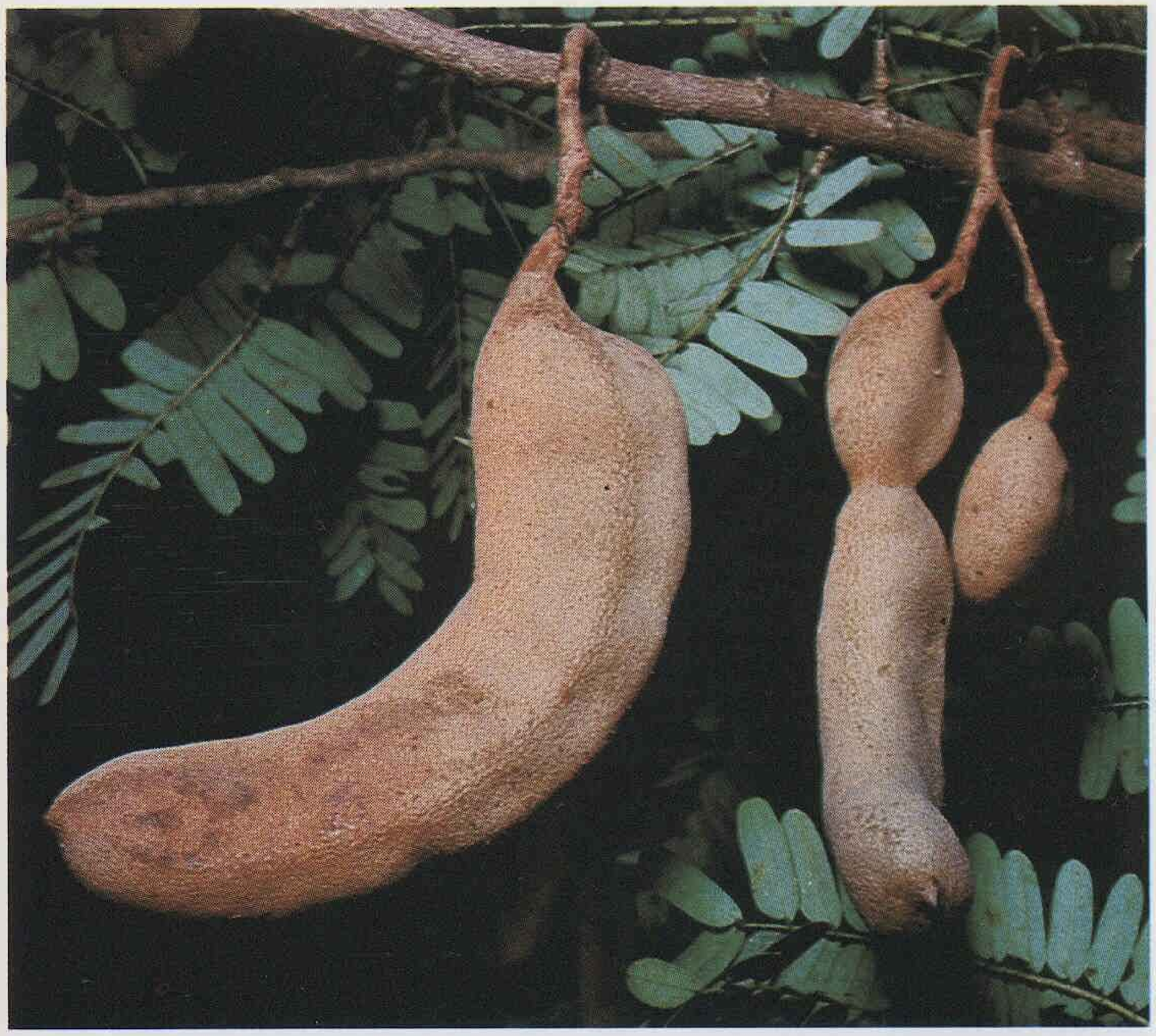
Familia Cariofiláceas.
Descripción Planta herbácea, frágil, con el tallo rastrero o ascendente, ramificado, ligeramente tomentoso. Las hojas son ovales o elípticoacorazonadas, con el margen entero, provistas de pecíolo corto e incluso sésiles en la parte superior. Las flores se agrupan en el ápice. Son pentasépalas y pentapétalas, blancas, bilobuladas, presentes durante todo el año. El fruto es una cápsula oval que contiene semillas planas de color pardusco. Muy común en todos los sitios y, en algunos casos, infestante. Crece también en los centros urbanos. Alcanza los 10-15 cm. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta completa.
Compuestos químicos Saponina, sales, tanino.
Propiedades Diurética, vulneraria, astringente.
Modo de empleo Infusión, zumo, agua destilada, tintura.
Nota En algunas zonas esta especie se consume en las ensaladas, aprovechando la parte apical, aunque se desaconseja su uso por la presencia de saponina. Es muy buscada por las ocas, que la consumen ávidamente. Encuentra aplicación en cataplasmas en todos los casos de fragilidad venosa superficial. El zumo se utilizó en la preparación de colirios, aunque puede sustituirse con otras especies mucho más activas.





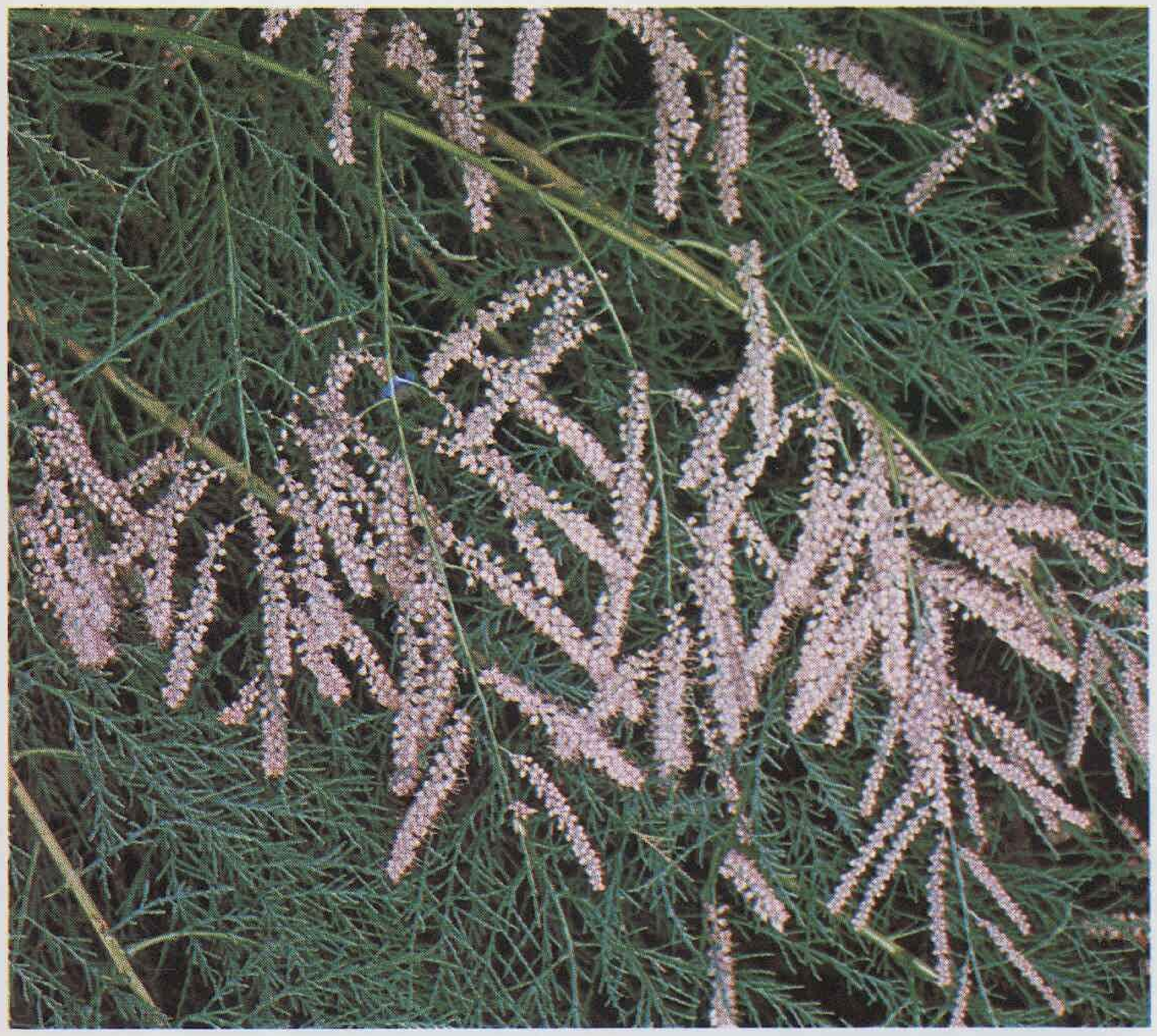
299 TAMARINDO
(Cat.: *tamarinde*)
Tamarindus indica

Familia Papilionáceas.
Descripción Del árabe *tamar-hindi,* dátil de la India. Árbol perenne con tallo ramificado a partir de la base, y corteza fisurada y escamosa. Las hojas son paripinnadas, alternas, con folíolos peciolados oblongos y ápice circular, enteras, glabras. Las flores se reúnen en racimos apicales; tetrasépalas, pentapétalas, de color amarillo anaranjado. El fruto es una legumbre indehiscente con pulpa fibrosa que contiene semillas circulares. Esta especie procede de Madagascar y actualmente crece cultivada o espontánea en los países tropicales. Posee una altura variable de 10 a 25 m. Se recolecta al llegar a la madurez.
Partes utilizadas La pulpa del fruto.
Compuestos químicos Ácido tartárico, ácido cítrico, ácido málico, pectina, azúcar invertido.
Propiedades Laxante, colerético.
Modo de empleo Pulpa, electuario, jarabe.
Nota La pulpa sirve para preparar bebidas refrescantes y agradables en verano y también se utiliza en platos típicos de países orientales. En farmacia se emplea a menudo como correctivo del sabor en numerosas preparaciones desagradables.



300 TAMARISCO
(Cat.: *tamariu*)
Tamarix gallica

Familia Tamaricáceas.
Descripción De Tamaris, río de los Pirineos, arbusto de corteza pardusca y ramas delgadas, numerosas, portadoras a su vez de ramitas caducas y erguidas. Las hojas se disponen sobre las ramitas, alternas, imbricadas, lanceoladas, glabras, sésiles. Las flores se disponen sobre pequeñas espigas y llevan una bráctea basal dentada. Son pentasépalas y pentapétalas, de color blanco o rosa. Los estambres se encuentran en número de cinco y las anteras son biloculares. Los estambres son tres. El fruto consiste en una cápsula monolocular que contiene semillas con filo apical. Crece espontánea a lo largo del litoral, en las zonas de clima mediterráneo. Puede alcanzar y superar la altura de 5 m. Se cultiva como especie ornamental. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Las ramitas con hojas.
Compuestos químicos Tanino, ácido gálico, colorante, sulfato de sodio, metilquercetol.
Propiedades Astringente, antidiarreico, diurético.
Modo de empleo Decocción, enolito, tintura.
Nota Por contener muchos taninos, la planta se ha empleado en la industria de curtidos. Proporciona además una sustancia colorante adecuada para el tinte de tejidos. Se aplica en forma de cataplasma sobre las heridas por sus propiedades hemostáticas. La corteza es más activa que las ramitas.

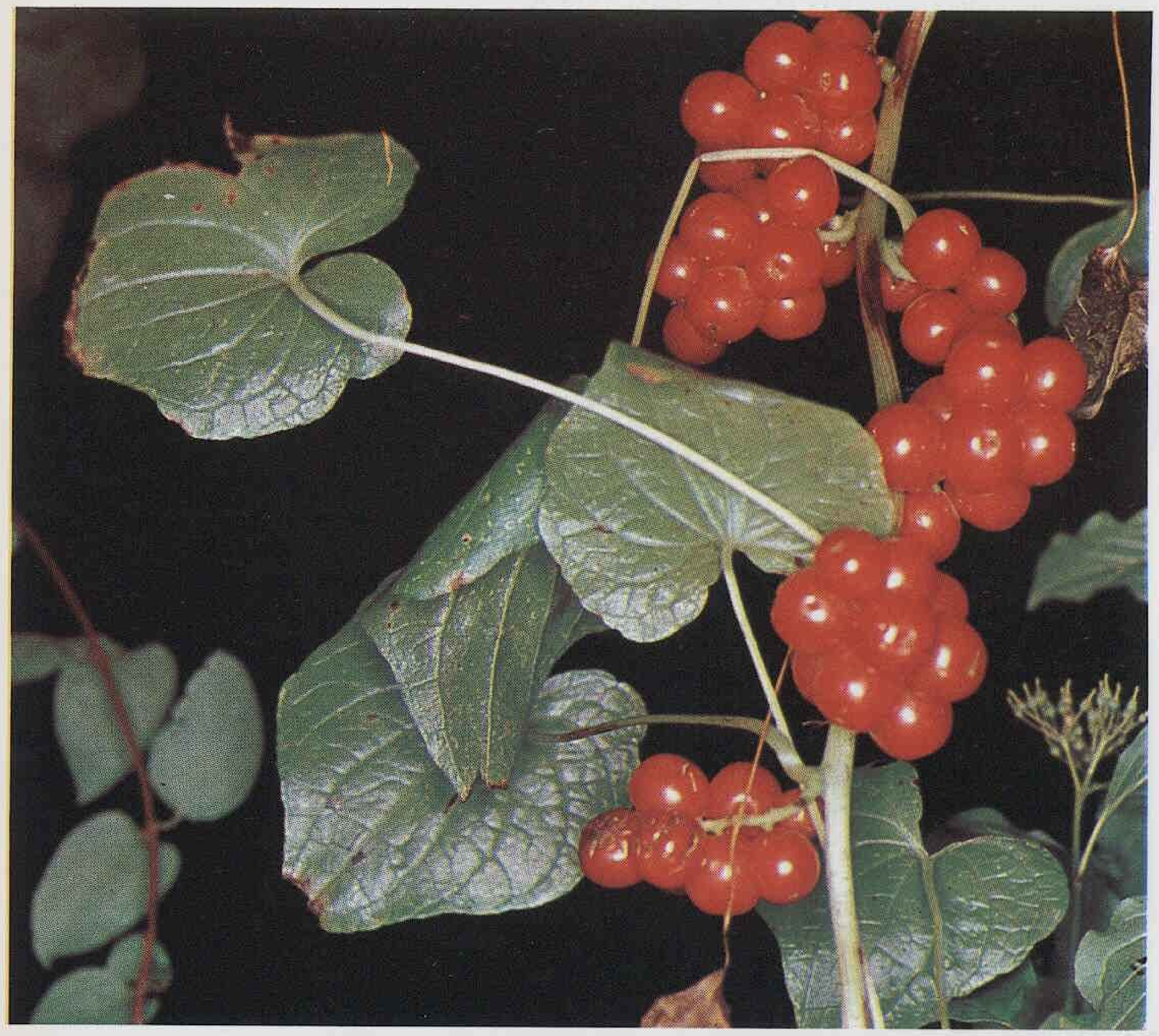


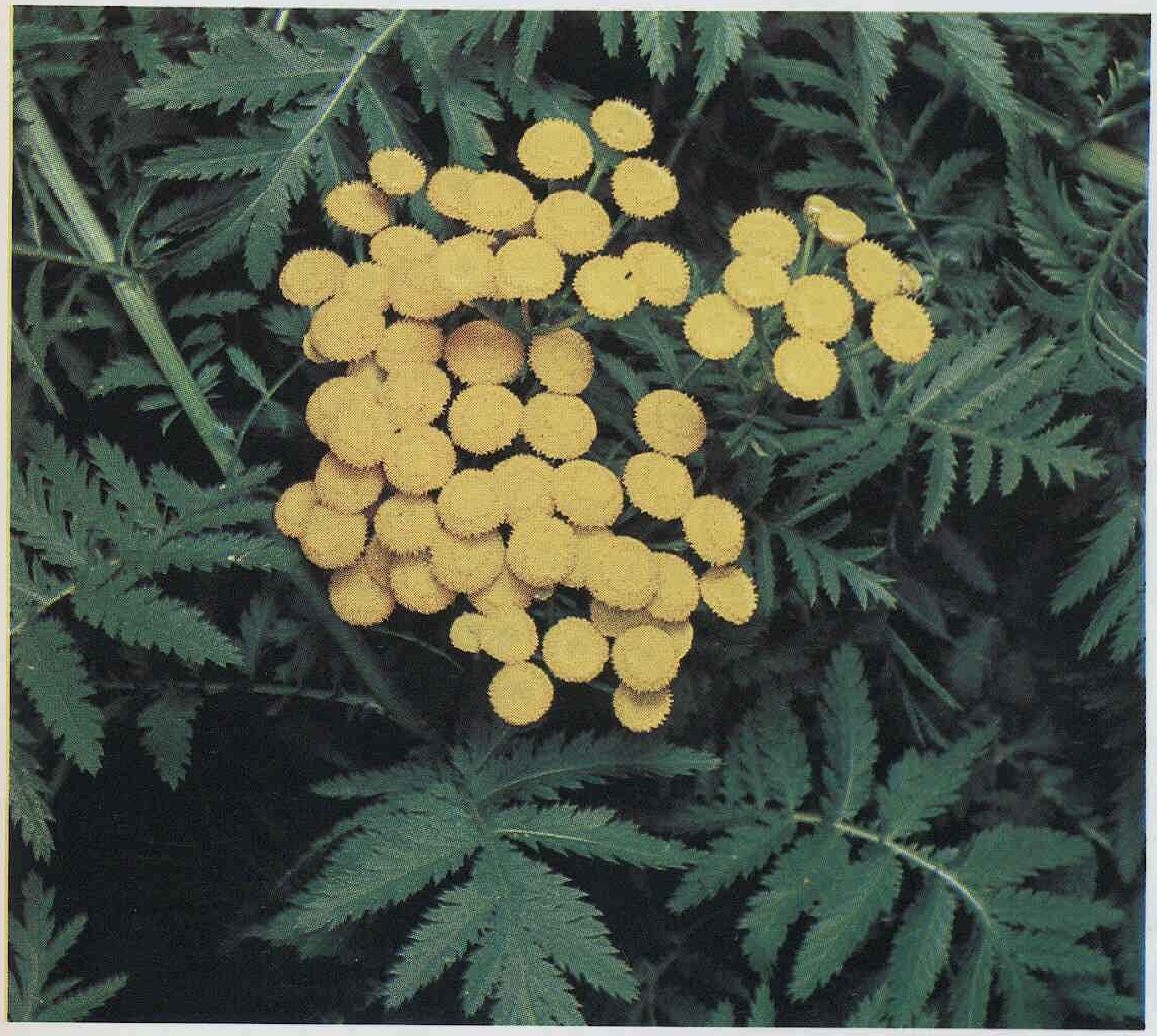
301 NUEZA NEGRA
(Cat.: *marimó;* eusk.: *asta-mats*)
Tamus communis

Familia Dioscoreáceas.
Descripción Bejuco vivaz, con raíz tuberosa, negra, profunda, de la que parten tallos cilíndricos, rojizos, de varios metros de longitud, voluble a izquierda y derecha. Las hojas, de un hermoso color verde brillante, pecioladas, son acorazonadoovadas, acuminadas. El pecíolo presenta dos glándulas basales. Las flores amarillentas se disponen en racimos axilares. Tiene inflorescencias masculinas y femeninas. El fruto es una baya globosa, roja, con semillas grandes y albuminosas. Hasta otoño, los frutos semejan racimos. Abunda en los bosques sobre suelo calizo en toda Europa, Asia y Norte de África. Se recolecta en octubre.
Partes utilizadas Raíz.
Compuestos químicos Saponina, oxalato de calcio, tanino, almidón, oxalato de potasio.
Propiedades Hemética, emoliente, drástica, antiequimótica.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, pulpa.
Nota A dosis masivas, dado el elevado contenido en saponinas, puede producir graves irritaciones. El uso es casi siempre externo, para el tratamiento de alopecias, equimosis y reumatismos. Las ramas jóvenes se recolectan, y una vez cocidas se toman como si fuera lúpulo, con el gusto decididamente amargo. La pulpa de la raíz se utilizó en cataplasmas locales en casos de resfriado.

302 TANACETO
(Cat.: *tanaset;* eusk.: *mota-bedar*)
Tanacetum vulgare

Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea que puede alcanzar el metro de altura, con rizoma oblicuo, provisto de numerosas radículas. Los tallos son erectos, surcados y con escasas ramificaciones. Las hojas son pinnatopartidas, alternas, con segmentos pinnatífidos, pecioladas o sésiles, según el nivel de inserción. Las flores se agrupan en cabezuelas que forman un corimbo apical, amarillo, con flores periféricas tubulares. Los frutos son aquenios. Crece frecuentemente cultivado en los huertos, aunque también se encuentra espontáneo en lugares baldíos y junto a los caminos. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Extremidades floridas.
Compuestos químicos Tanacetina, ácido tanacetotánico, resina, esencia formada de terpenos, cetonas, ésteres.
Propiedades Amargo, carminativo, emenagogo, antihelmíntico, tenífugo.
Modo de empleo Polvos, jarabe, infusión, esencia, tintura, extracto fluido.
Nota De esta especie se obtiene por destilación un aceite esencial verdoso, aromático, de densidad 0,92 y contenido medio del 0,15 %. El uso del tanaceto a elevadas concentraciones puede provocar intoxicaciones por convulsiones epilépticas. La esencia es insecticida. La acción tenífuga no llega a matar el parásito, sino que sólo lo inhibe, por lo que a continuación debe emplearse un enérgico purgante para lograr su expulsión. Al ser una planta emenagoga está absolutamente prohibida para las gestantes. En algunos lugares los folíolos se emplean como aromatizantes en las preparaciones de champúes caseros y en las ensaladas.

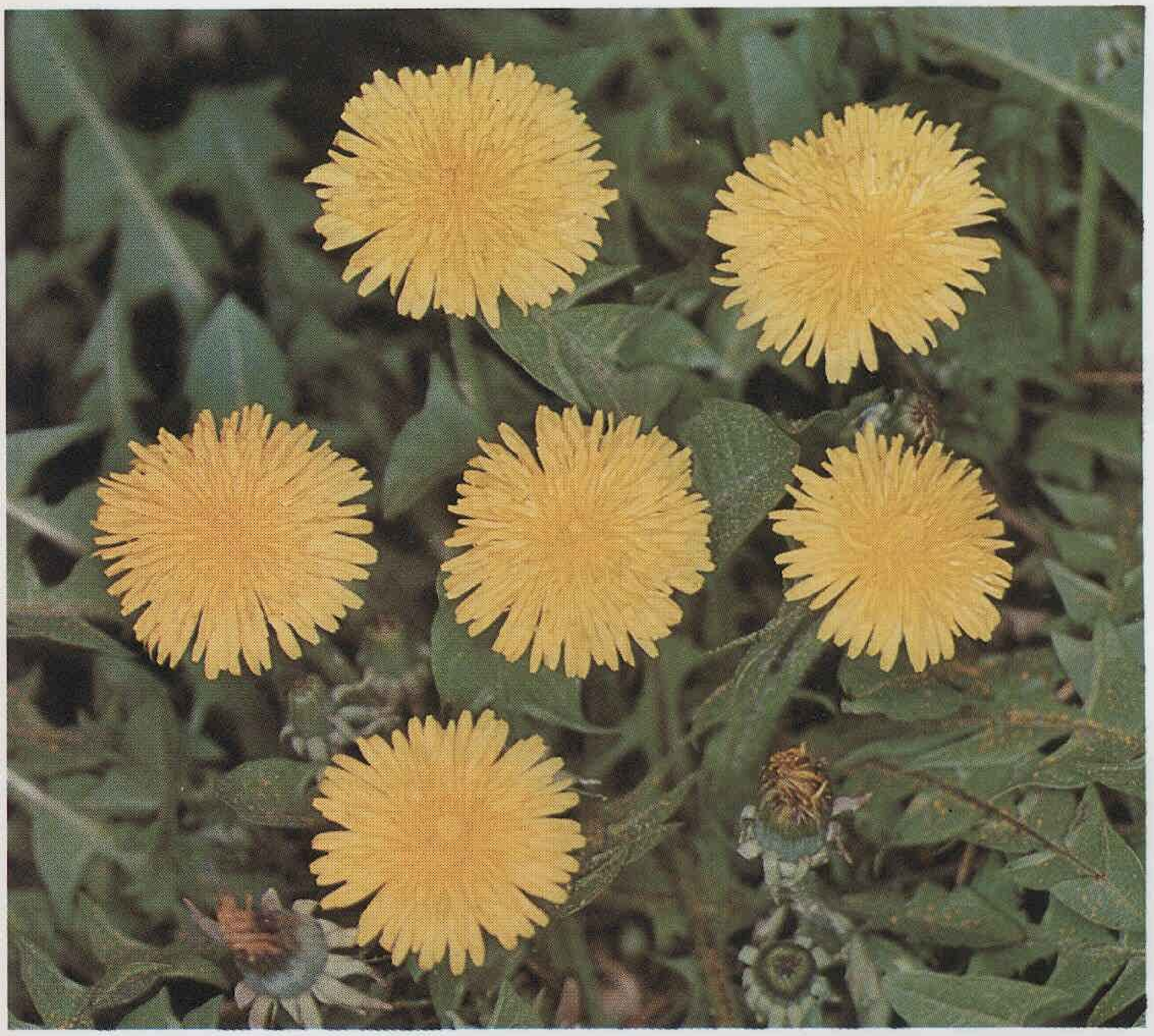




303 DIENTE DE LEÓN
(Cat.: *dent de lleó;* eusk.: *sorgin-belar*)
Taraxacum officinale

Familia Compuestas.
Descripción Hierba provista de raíz axonomorfa carnosa, blanca en el interior, pardo en el exterior, con látex filamentoso. Tallos simples fistulosos, sin hojas. Las hojas se reúnen en roseta en el cuello de la raíz, lanceoladas, sésiles, pinnatífidas o pinnatopartidas, con el margen dentado y lóbulos arqueados. Las flores se reúnen en cabezuelas con varias series de brácteas, todas liguladas, de color amarillo. Los frutos son aquenios ovales con pequeños dientes dispuestos sobre dos líneas, coronados por el vilano blanco. Especie muy común, presente en todos los prados, a lo largo de los caminos y en lugares incultos. El tallo puede medir más de 10 cm de altura. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Taraxacina, colina, inulina, fitosterol, tanino, mucílagos.
Propiedades Colagogo, laxante, depurativo, tónico.
Modo de empleo Zumo, extracto fluido, tintura, infusión, dinamizaciones homeopáticas.

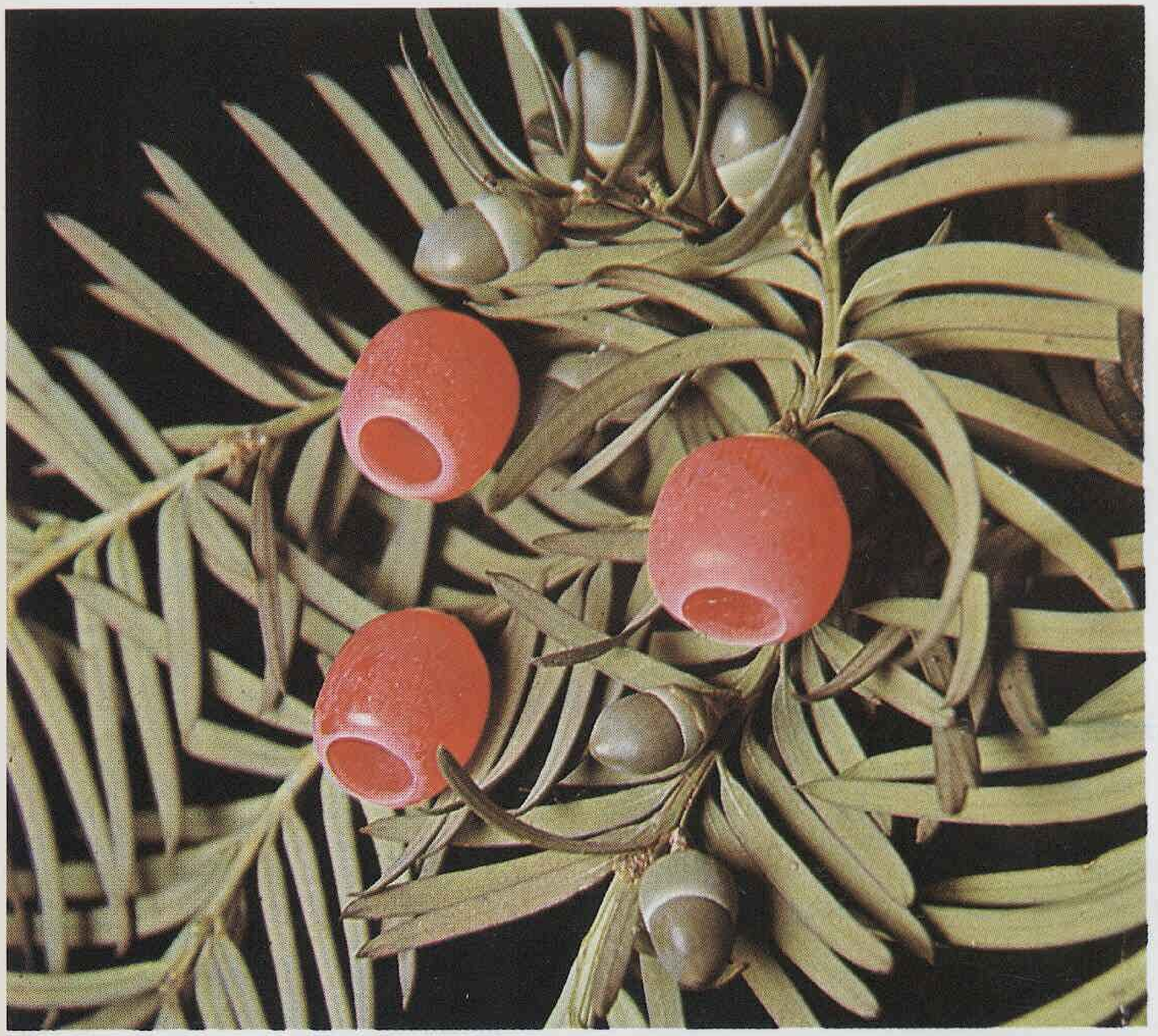
Nota Esta especie se consume abundantemente como ensalada rústica. El látex posee una acción coricida, útil en el tratamiento de verrugas. Las lígulas proporcionan un agua destilada con eficaz efecto aclarante de la piel, y también sobre los efélidos. Los botones florales se conservan en vinagre como alcaparras. El látex posee acción específica sobre la vejiga, y se ha pensado que actúa también en las calcosis hepáticas. La raíz es un buen sucedáneo del café.



---

304 TEJO
(Cat.: *teix;* eusk.: *agin*)
Taxus baccata

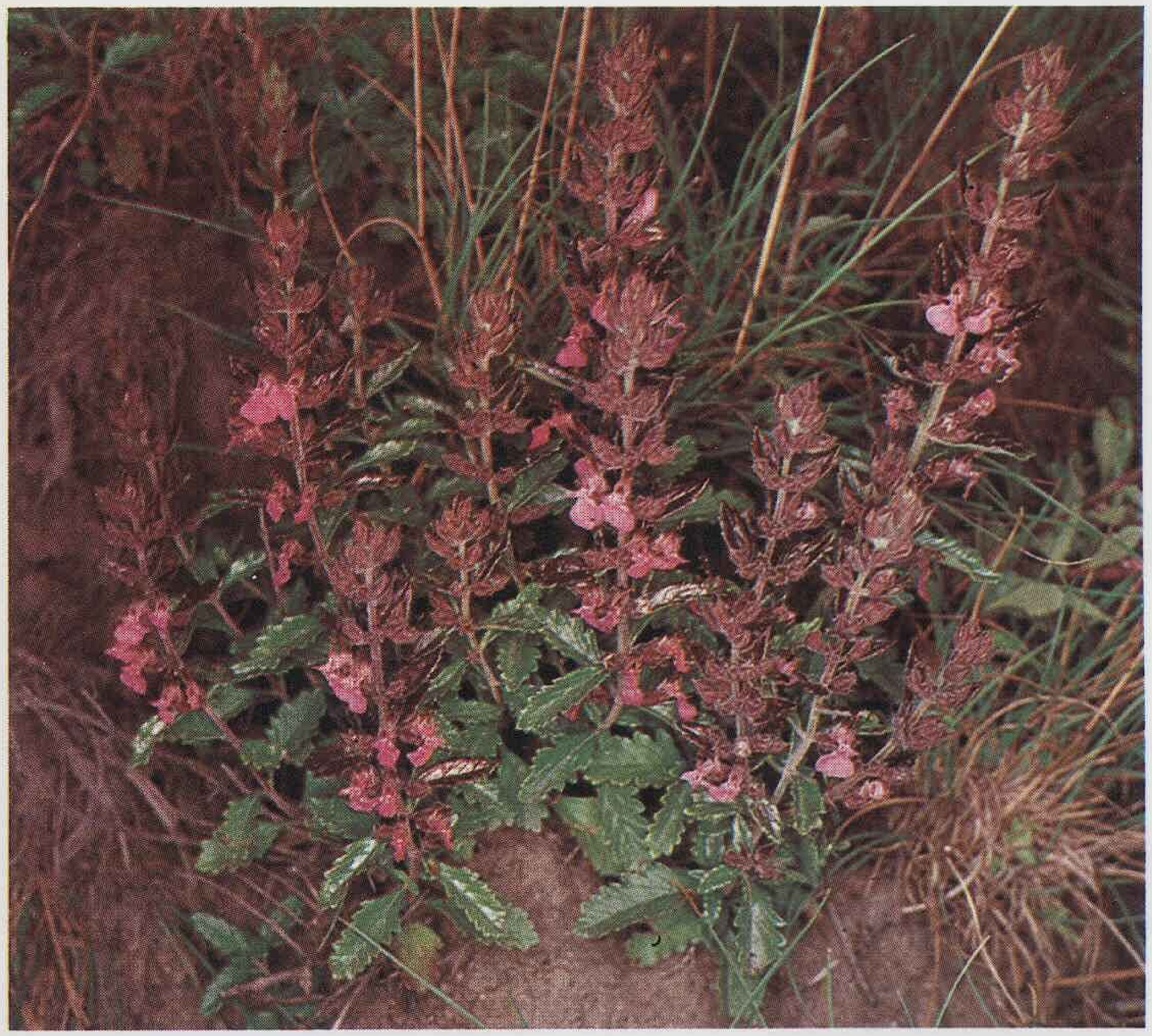
Familia Taxáceas.
Descripción Árbol que puede alcanzar y superar los 10 m de altura, con el tronco erecto y la corteza rojiza. A pesar de ser una conífera, carece de vasos resiníferos. Las hojas se disponen en espiral. Son perennes, lineares, agudas, con la cara inferior de color más claro que la superior. Las flores son masculinas o femeninas. Las primeras son amentos con brácteas; las segundas están formadas por escamas apicales. El fruto está constituido por un arilo rojo, carnoso, que rodea una sola semilla. Es muy escaso en estado espontáneo, y más frecuente cultivado. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Taxina, milosina, taxicatina, resina, tanino, esencia.
Propiedades Emenagogo, paralizante, cardiotónico, narcótico.
Modo de empleo Polvos, infusión, tintura.
Nota Se dice que es una especie muy longeva que puede superar fácilmente el milenio. Es muy venenoso, con acción paralizante del corazón. Es además abortivo. La parte más venenosa son las hojas, mientras que el arilo del fruto puede comerse sin tragar la semilla. La madera es muy buscada para los trabajos de ebanistería. Unas pocas ramitas bastan para matar a un caballo, mientras que resultan inocuas para los bueyes. Antaño se pensaba que dormir bajo un tejo era mortal, y de ahí el nombre de árbol de la muerte que recibe en algunas regiones.



305 CAMEDRIO

(Cat.: *camedris;* eusk.: *enuntzi*)
Teucrium chamaedrys

Familia Labiadas.
Descripción Planta con rizoma delicado y abundantes radículas. El tallo es primero leñoso y después herbáceo, y alcanza hasta 30 cm de altura. Las hojas son opuestas, con un pecíolo corto, ovales, con el margen festoneado, coriáceas. Las superiores son sésiles y enteras. Las flores se disponen en la axila de las hojas con el cáliz tubular pentadentado, corola tubular de color rosa, bilabiada, con el labio inferior trilobulado. El fruto está formado por cuatro aquenios ovoidales. Es frecuente en los lugares soleados, no muy húmedos, sobre detritos o restos de rocas. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Teucriorresina, escutelarina, tanino, esencia.
Propiedades Digestivo, aromático, carminativo, estomacal.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, polvos.
Nota Planta muy utilizada en la preparación de licores estomacales de fondo amargo. La planta proporciona una esencia con un contenido de 0,06 % por término medio, de color amarillo y olor característico. Contiene pineno, canfeno, borneol, acetato de bornilo, cariofileno, aldehído isovaleriánico. Se utiliza externamente en forma de infusión como astringente en la piorrea y en las gengivitis. Antaño se usaba como vulneraria por su contenido en ácido tánico.

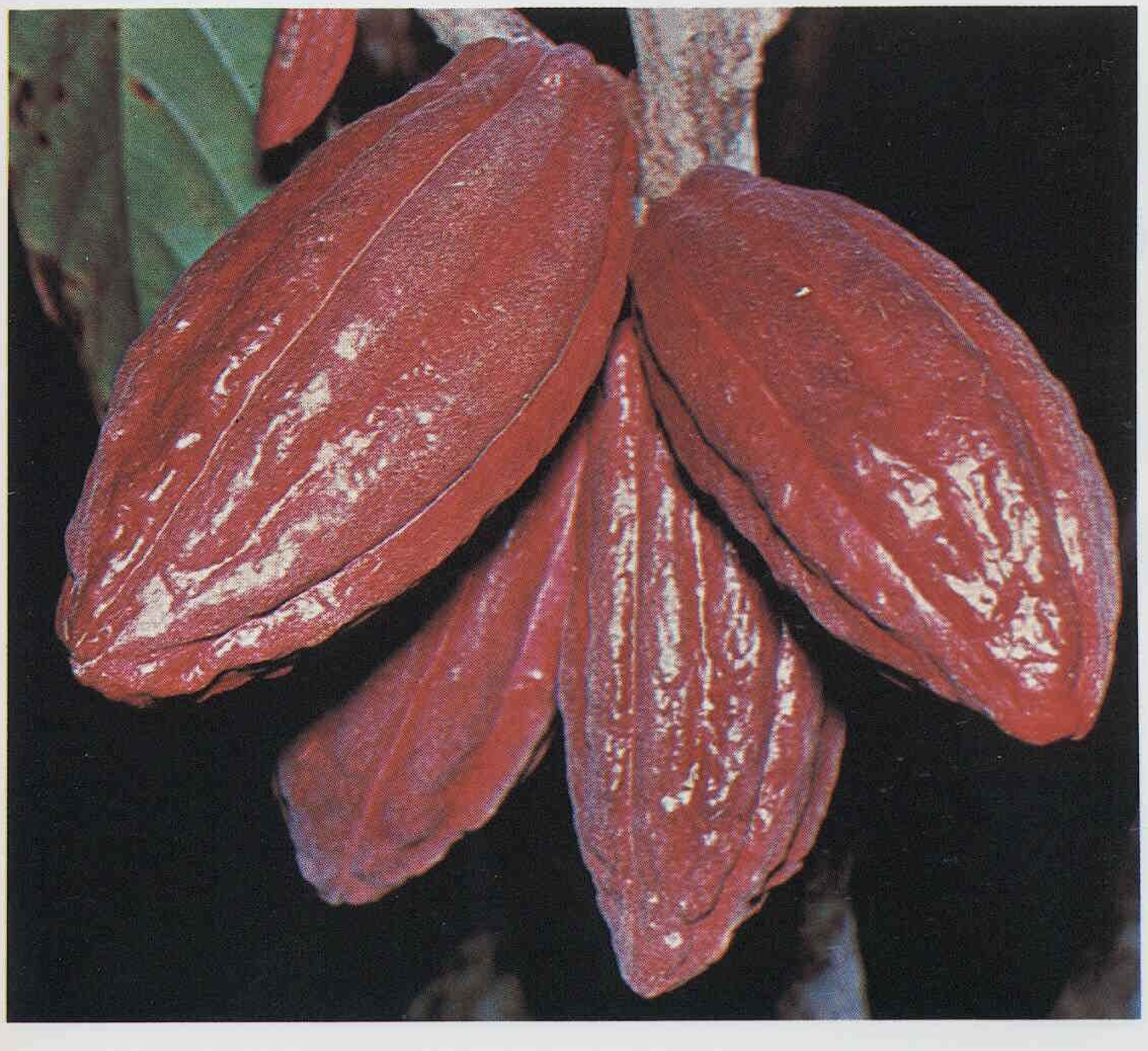


---

306 CACAO

(Cat.: *cacau*)
Theobroma cacao

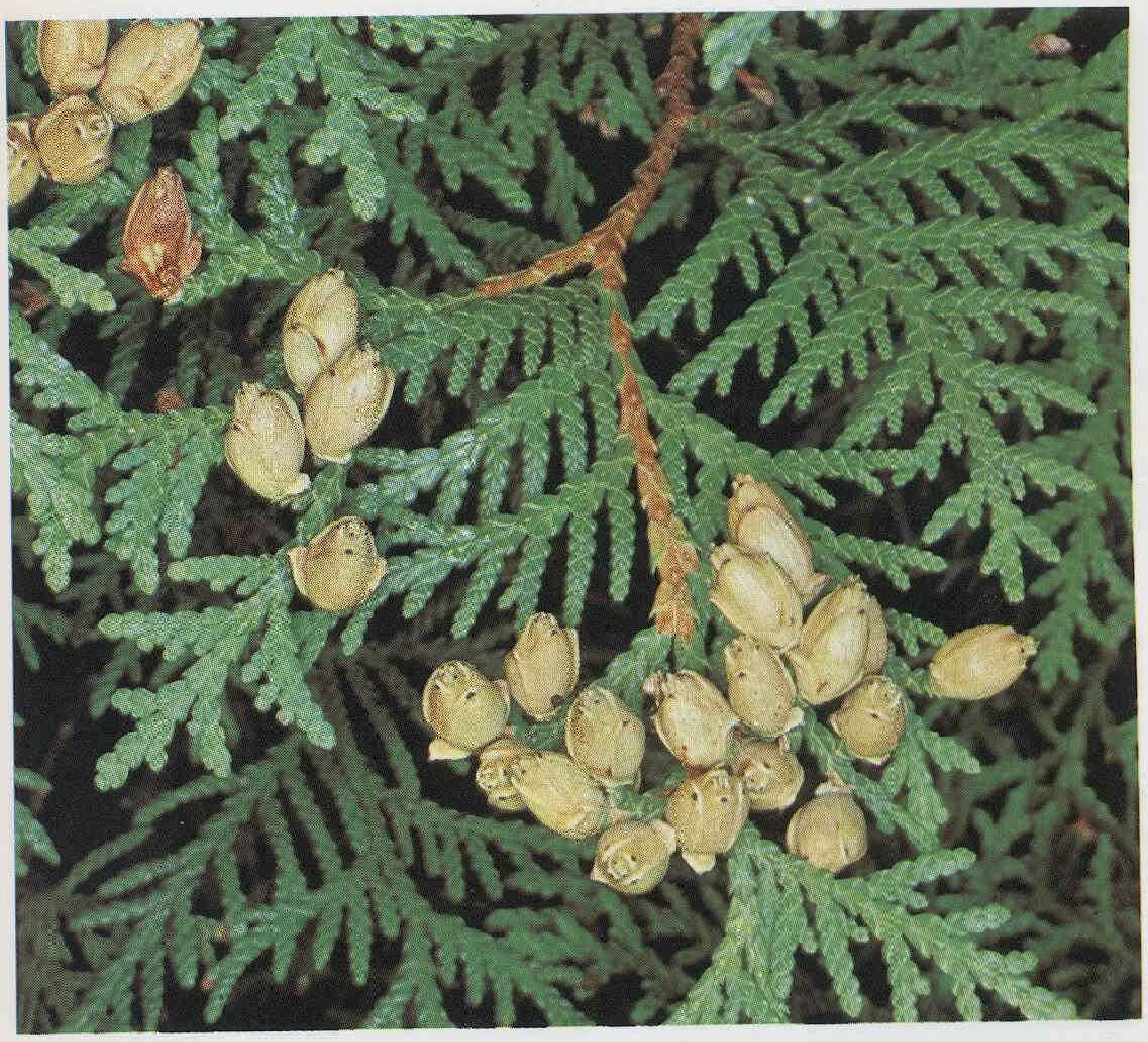
Familia Esterculiáceas.
Descripción Árbol procedente de América Central, que puede alcanzar 7-8 m de altura. Posee tallo con la madera ligera, corteza de color marrón claro, muy ramificado. Las hojas son verdes, brillantes, ovaladoblongas con el ápice agudo, pecioladas. Las flores se reúnen en la axila foliar. El fruto es ovoidal, casi piriforme, agudo, de color amarillo rojizo cuando es fresco y pardo al secarse. El pericarpio es leñoso, con costillas, pentaloculado, indehiscente, con las semillas dispuestas en fila. Se recolecta dos veces al año, al alcanzar la madurez.
Partes utilizadas Las semillas torrefactas.
Compuestos químicos Sustancias grasas, colorante (rojo de cacao), almidón, celulosa, azúcar, sales, teobromina, cafeína.
Propiedades Excitante, antianginoso, nutriente.
Modo de empleo Polvos.
Nota El fruto se emplea en la fabricación del cacao en polvo y el chocolate. Se obtiene también una sustancia roja colorante y una grasa conocida con el nombre de «crema de cacao», que tiene acción protectora sobre la dermis. La teobromina posee acción nerviosa más suave que la cafeína y actúa favorablemente en el curso de la angina de pecho.



307 TUIA

Thuja occidentalis

Familia Cupresáceas.
Descripción Árbol perenne con tallo erecto ramificado. Una serie de folíolos muy abundantes e imbricados cubren totalmente las ramas. Las hojas son decusadas, opuestas, escamosas, grasas, coloreadas de amarillo verdoso, con glándulas resiníferas. La corteza es marronácea. Las flores son masculinas y femeninas: las primeras ovadas y globosas; las segundas, con hojas carpelares engrosadas en la base. El fruto es una pequeña piña formada por escamas alargadas que recubren las semillas. Procede de Virginia y del Canadá y se introdujo en Europa en el siglo XVI. Se cultiva como árbol ornamental en cementerios, junto a caminos y carreteras, y también en los jardines. Se recolecta en junio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Esencia con cetonas terpénicas, tanino, cera, azúcares, sustancia amarga, ácido tújico, tujina.
Propiedades Diurética, insecticida, antihelmíntica, revulsiva.
Modo de empleo Extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Los preparados a base de esta especie son muy empleados en homeopatía para la cura de las verrugas y condilomas, tanto en dinamizaciones como en tintura madre. Conviene no rebasar las dosis indicadas a fin de no incurrir en intoxicaciones de cierta gravedad.

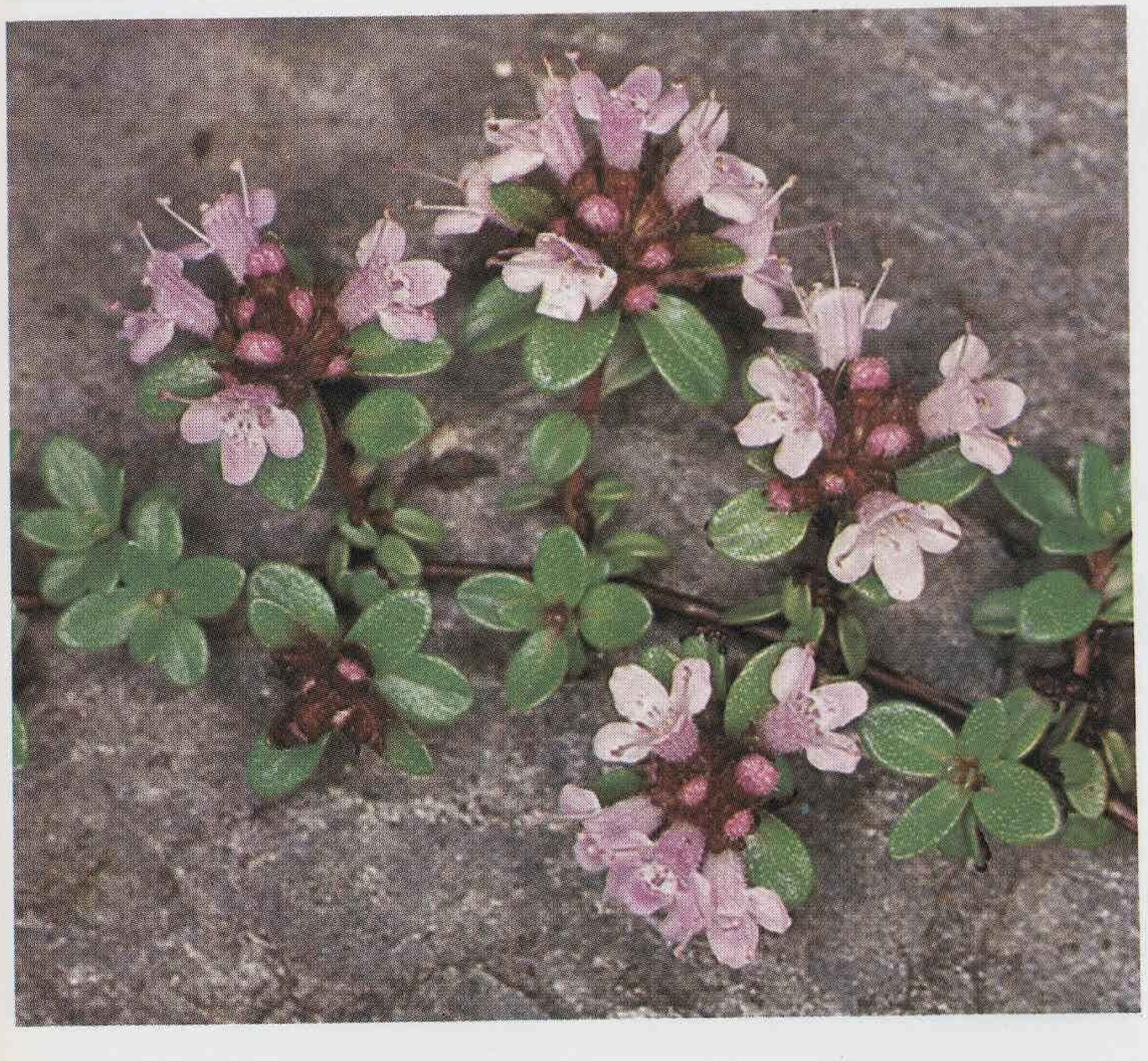


---

308 SERPOL

(Cat.: *serpoll;* eusk.: *txerpol*)
Thymus serpyllum

Familia Labiadas.
Descripción Arbusto provisto de numerosas radículas, perenne, pequeño, con largo tallo rastrero del que parten numerosas ramitas de sección cuadrangular, tomentosas, de color marrón claro. Las hojas son opuestas, muy próximas en las ramas estériles, más distanciadas en las fértiles, subcirculares o lineares, casi sésiles. Las flores, de color lila, se disponen en espiguillas sobre unos ejes cortos. Poseen cáliz acampanado y corola tubular bilabiada, con el labio inferior trilobulado. Los frutos son tetraquenios ovoidales oscuros en la base del cáliz persistente. Crece en las laderas y pedregales, del mar a las montañas. Se recolecta desde mayo a agosto.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Esencia: timol, carvacrol, cimol, pineno, tanino, resina, saponina.
Propiedades Antiséptico, antispasmódico, carminativo, diurético, expectorante.
Modo de empleo Polvos, esencia, infusión, tintura.
Nota Se emplea de modo parecido al tomillo, a pesar de que su concentración en timol sea inferior. Halla aplicación como condimento y en la industria de perfumes y licores. La esencia es odontálgica y antiséptica. La tintura puede utilizarse externamente como desinfectante. Esta planta es buscada por las abejas. Las hojas desecadas intervienen en la preparación de numerosas tisanas aromáticas.



309 TOMILLO

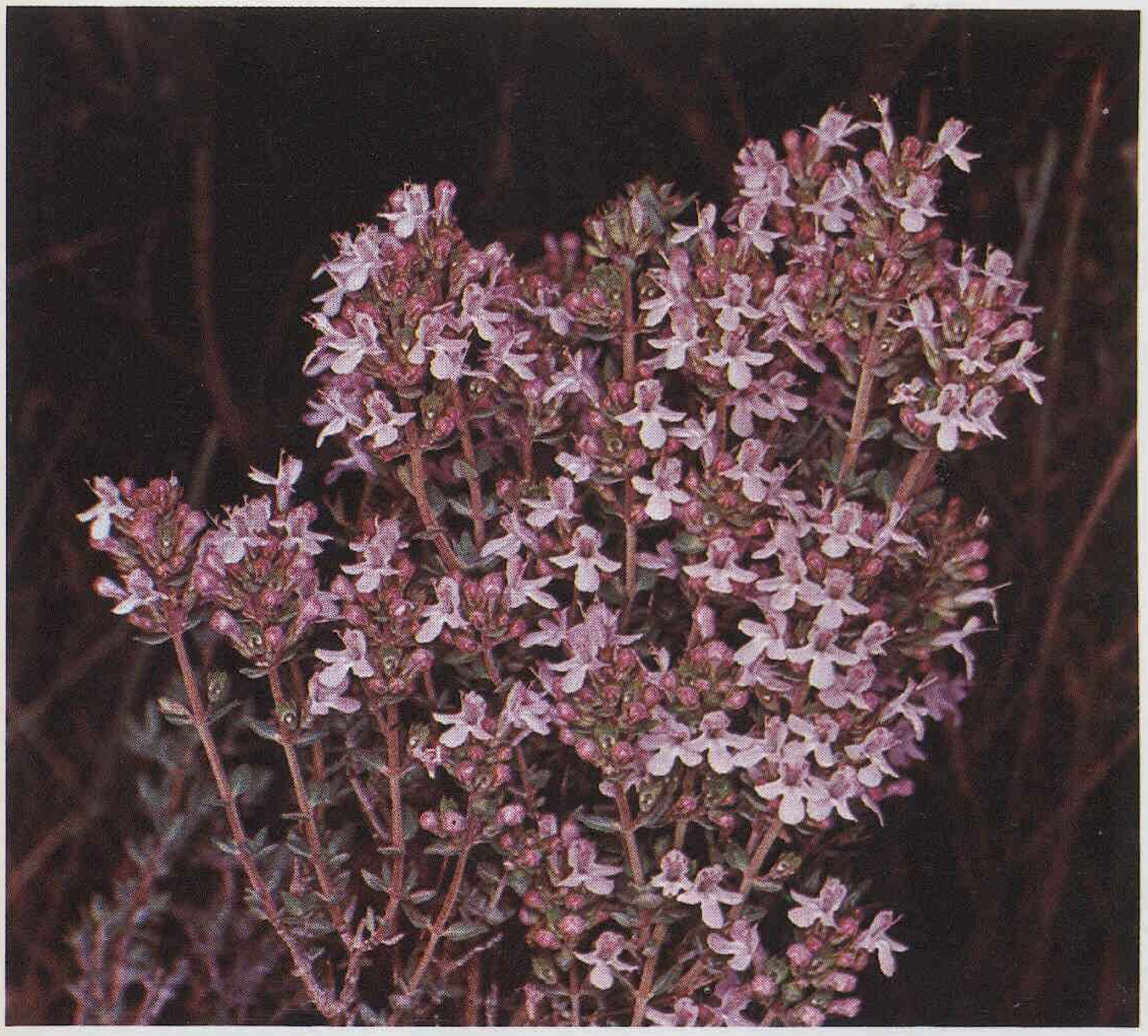
(Cat.: *farigola;* eusk.: *elar*)
Thymus vulgaris

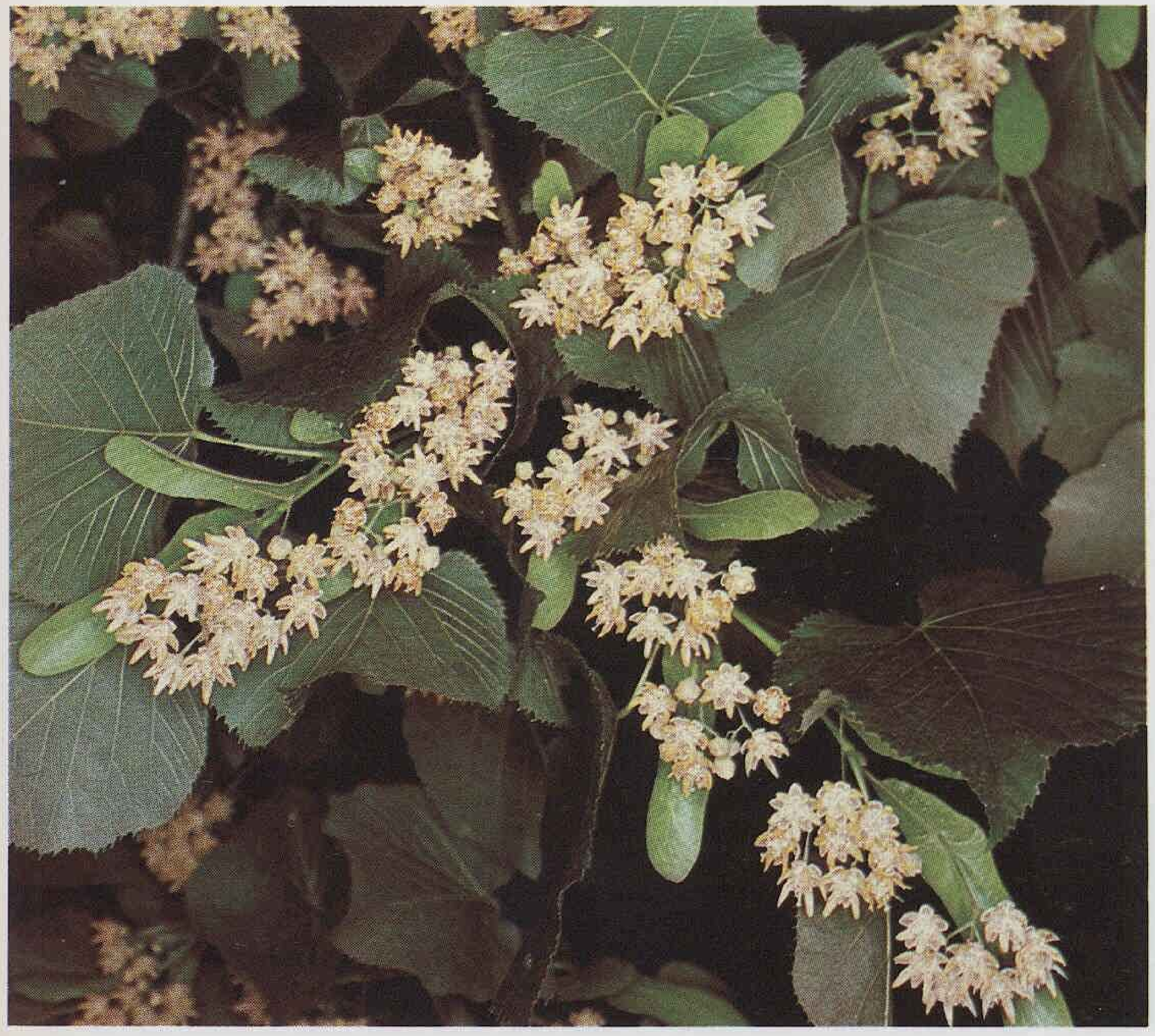
Familia Labiadas.
Descripción Subarbusto de hasta 30 cm de altura con raíces bastante robustas y tallo muy ramificado, leñoso en la parte inferior. Las hojas, sésiles, presentan forma variable de elípticas a lineares o romboidales hacia el ápice. Las hojas jóvenes son ligeramente tomentosas. Las flores se reúnen en espiga en la extremidad de las ramas. El cáliz tiene forma de un tubo bilobulado. La corola es bilabiada, tubular, con el labio inferior trilobulado. El fruto es un tetraquenio oscuro, liso y dispuesto al fondo del cáliz. El olor es aromático. Crece comúnmente en todas partes, con preferencia en los espacios soleados y pedregosos. Se recolecta en primavera y verano.
Partes utilizadas Las extremidades floridas.
Compuestos químicos Esencia: timol, carvacrol, borneol, cineol, menteno, timeno, tanino, resina.
Propiedades Antiséptico, balsámico, antiespasmódico, carminativo, antibiótico.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe, enolito, esencia, polvos.
Nota Muy utilizado por su aroma tanto en cocina como en perfumería y en la fabricación de licores. La aromoterapia lo considera como uno de los componentes fundamentales por sus propiedades antisépticas. La esencia cura las toses convulsivas y la anquilostomasis. El tomillo es buscado por las abejas, y la miel obtenida goza de las mismas propiedades que la planta. Se emplea como colutorio en preparaciones idóneas, y como dentífrico líquido.

310 TILO

(Cat.: *til·ler;* eusk.: *ezki*)
Tilia platyphyllos

Familia Tiliáceas.
Descripción El tilo europeo, con grandes hojas, crece a menudo cultivado. Puede medir hasta 30 m de altura y es muy longevo. La corteza es lisa tanto en el tronco como en las ramas. Las hojas son subcirculares, asimétricas en la base, acorazonadas, con el ápice agudo. El margen es ligeramente dentado. La cara superior es glabra y la inferior tomentosa, con pelos en la inserción de la nerviación principal con la secundaria. Las flores se reúnen en haces colgantes, provistas de una bráctea oblonga y dispuestas sobre un largo pecíolo. El cáliz es pentasépalo y la corola pentapétala, amarilla. El fruto es casi esférico, con costillas salientes, coriáceo. Crece espontáneo en cualquier parte. Más común cultivado. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Flores con bráctea.
Compuestos químicos La esencia contiene farnesol, mucílagos, tanino, azúcares, ácidos, vitamina C, carotenos.
Propiedades Diaforético, diurético, sedante, antiespasmódico.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, extracto seco, tintura, jarabe, agua destilada.
Nota Con la madera del tilo se prepara carbón vegetal con acción antipútrida. La corteza se emplea para obtener fibras para el tejido de sacos. Las flores son la base para la preparación de bebidas calmantes para niños nerviosos. A partir de la madera se obtienen también carbones para dibujo. Actúa como discreto vasodilatador. Las flores son muy buscadas por las abejas.





311 SALSIFÍ

(Cat.: *barba cabruna;* eusk.: *teebuza*)
Tragopogon pratensis

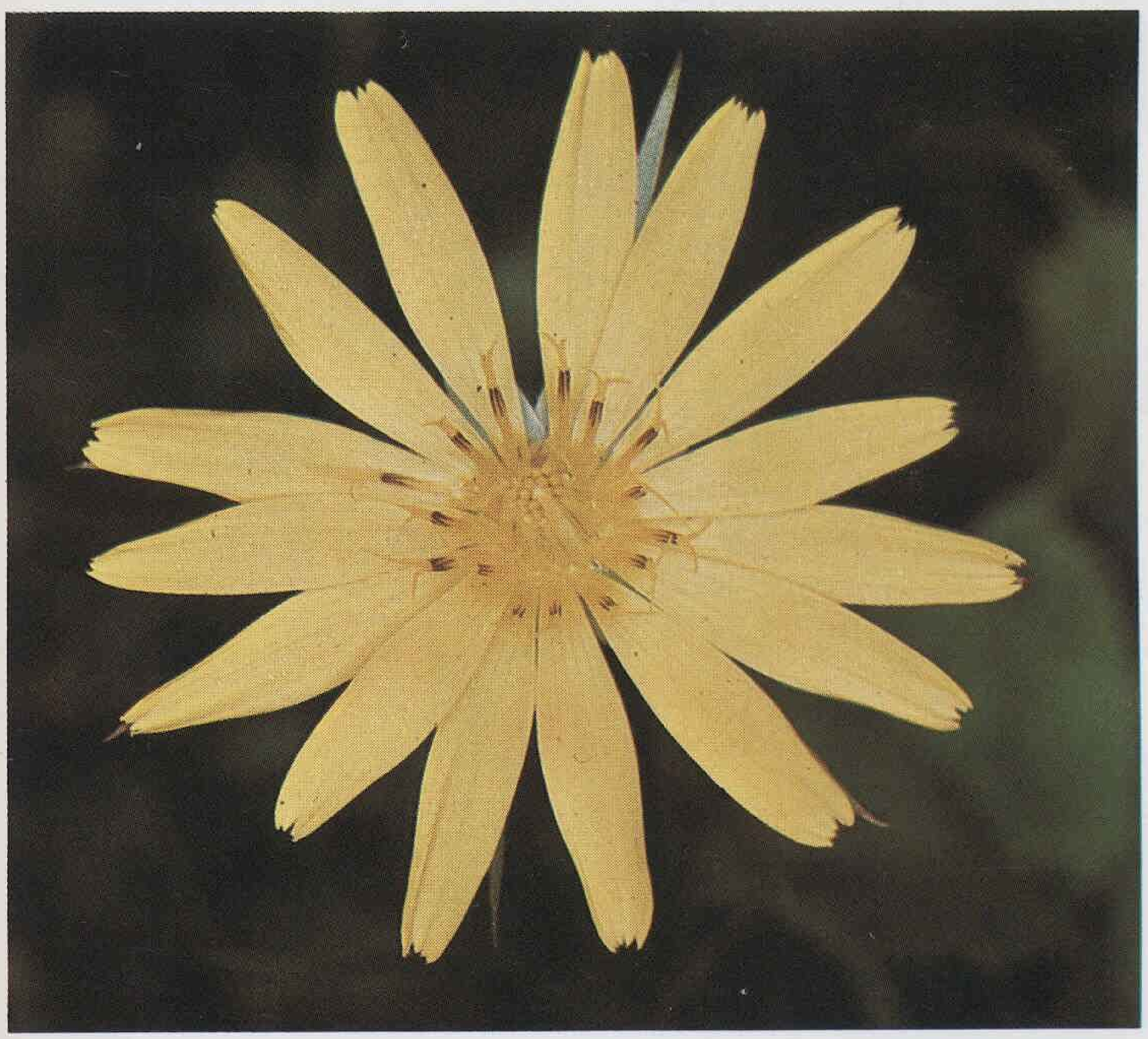
Familia Compuestas.
Descripción Planta herbácea bianual, con raíz axonomorfa, oblicua. El tallo es herbáceo, fistuloso. Las hojas son amplexicaules, lineares, lanceoladas, con nerviación mediana marcada, margen entero. Las cabezuelas poseen un largo pedúnculo, con la corola amarilla, ligulados. El fruto es un aquenio grisáceo provisto de vilano de pelos blancos. Es una especie bastante común que crece a lo largo de los caminos, en los prados. Mide por término medio 50 cm. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Inulina, inositol, manitol, fitosterina.
Propiedades Nutritivo, depurativo, expectorante, astringente.
Modo de empleo Decocción, jarabe, extracto fluido.
Nota Las raíces son muy buscadas como condimento, a causa del sabor que le confiere la inulina. También las hojas se emplean en la elaboración de menestras. Los pétalos en infusión proporcionan una preparación que aclara la piel, especialmente los efélidos. El jarabe presenta ventajas en los casos de tos pertinaz y en las bronquitis. El agua destilada se emplea en lociones detergentes sobre pieles secas. Es una especie muy cultivada en los huertos.

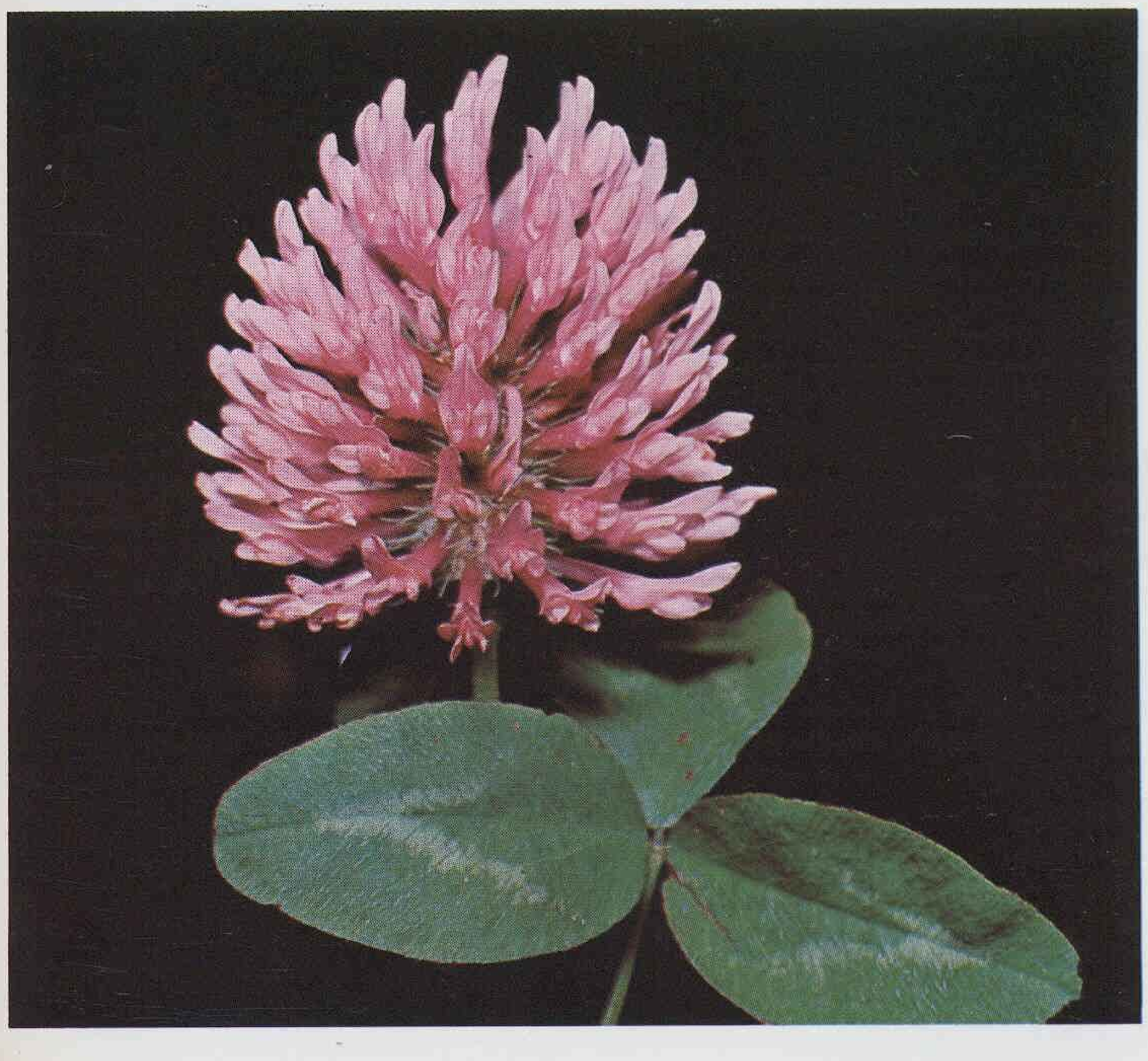
---

312 TRÉBOL

(Cat.: *trèvol;* eusk.: *babos*)
Trifolium arvense

Familia Leguminosas.
Descripción Hierba con raíz axonomorfa, tallo erecto y ramificado de hasta 40 cm de altura. Las hojas presentan un pecíolo corto, y están compuestas de folíolos lineares y denticulados. Las flores forman cabezuelas elipsoidales con flores blancas, rojas o lila. El cáliz presenta dientes lesiniformes. Frecuente en lugares incultos y campos cultivados, del mar a la montaña. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Tanino, resina, sales, esencia, glicéridos, colorante.
Propiedades Antidiarreico, vulnerario, antileucorreico.
Modo de empleo Infusión, lavanda.
Nota Planta muy buscada por el ganado, que la consume ávidamente. Los enjuagues en colutorio ayudan a reforzar las encías débiles y sanguinolentas y a frenar algo la piorrea. Externamente, molida, puede emplearse como hemostática sobre las heridas recientes no profundas. Siempre en infusión, se preparan cataplasmas húmedas sobre las úlceras varicosas, que tienden a cerrarse si esta cura se practica con constancia.





313 ALHOLVA

(Cat.: *fenigrec;* eusk.: *allorbe*)
Trigonella foenum-graecum

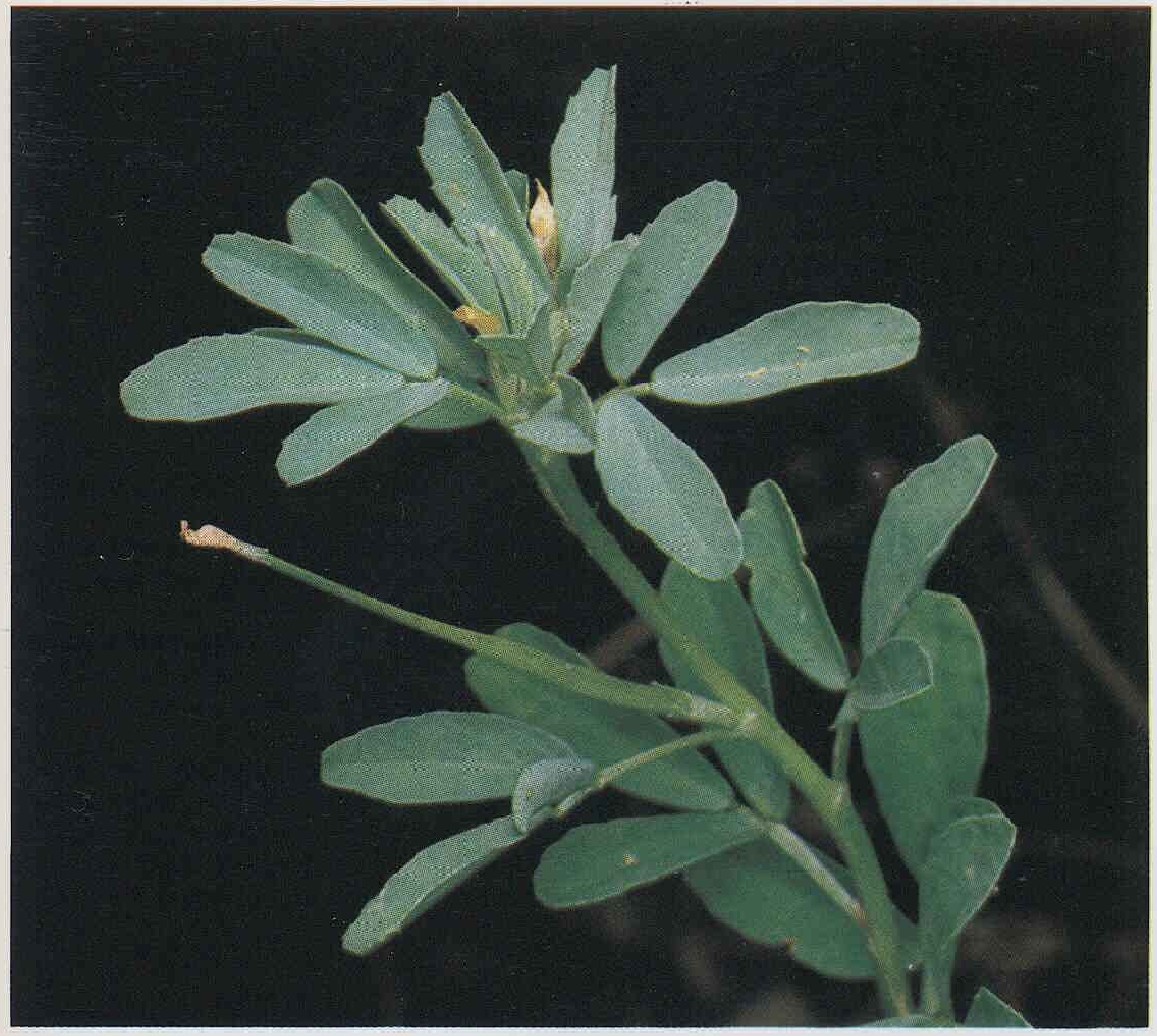
Familia Leguminosas.
Descripción Planta herbácea con raíz axonomorfa. Los tallos son erectos y fistulosos, con algunas ramificaciones. Las hojas son alternas y trifoliadas, con un corto pecíolo y dos pequeñas estípulas. Los folíolos son ovales y el margen está finamente dentado. La cara superior es tomentosa. Las flores son sésiles, con el cáliz acampanado, pentalobulado. La corola es pentapétala, con el vexilo saliente, de color blanco amarillo. El fruto es una legumbre comprimida que contiene semillas amarillas. Especie poco conocida en estado espontáneo, se cultiva abundantemente como forraje. Puede llegar a medir medio metro. Se recolecta en agosto.
Partes utilizadas Las semillas.
Compuestos químicos Trigonelina, colina, enzimas, proteínas, mucílagos, aceite, resina, sales minerales, esencia con una riqueza del 0,01 %.
Propiedades Emoliente, anticolesterolémica, antiglucémica, analética, galactogoga.
Modo de empleo Polvos, extracto fluido, infusión, cataplasma.
Nota La harina de alholva es madurativa como la de lino. En cosmética se emplea en la preparación de mascarillas nutrientes para pieles, así como para obtener el endurecimiento de los senos, debido a la acción galactogoga. Internamente drena los conductos sudoríparos. Es uno de los reconstituyentes más eficaces en los debilitamientos físicos con componente nervioso.

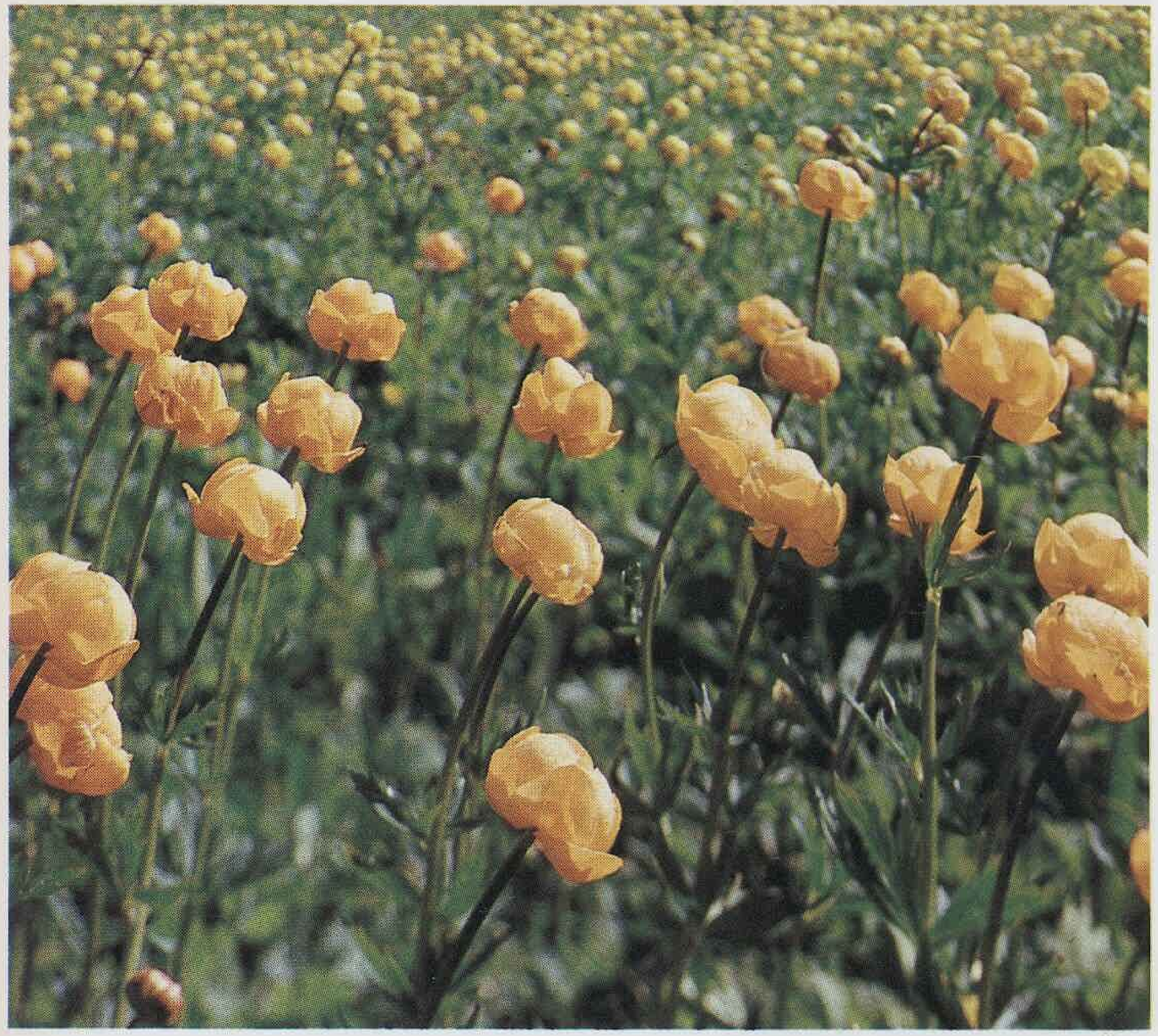
---

314 CALDERONES

(Cat.: *flor de sant Patllari*)
Trollius europaeus

Familia Ranunculáceas.
Descripción Planta herbácea provista de raíz fasciculada y tallo erecto, surcado, de hasta medio metro de altura, glabro. Las hojas son palmatopartidas, con lacinias incisas y dentadas, de color verde oscuro en la página superior. Las flores son grandes, de color amarillo oro, formando un botón floral con sépalos conniventes, cinco pétalos reducidos a una lengüeta y numerosos estambres. Los folículos llevan semillas ovadas. Planta típica de los prados de montaña, en lugares húmedos, a lo largo de los cursos de agua. Se recolecta en agosto.
Partes utilizadas La raíz.
Compuestos químicos Anemonina, protoanemonina, esencia, tanino.
Propiedades Purgante, rubefaciente.
Modo de empleo Decocción, cataplasma.
Nota La planta, como todas las Ranunculáceas, es venenosa, pero al desecarse pierde gran parte de su principio tóxico. Debe utilizarse completamente fresca si se quiere obtener una acción rubefaciente sobre los reumas y periartritis, mediante la aplicación de cataplasmas. Se prepara asimismo un agua destilada con acción más suave a fin de utilizarla con fines antineurálgicos.

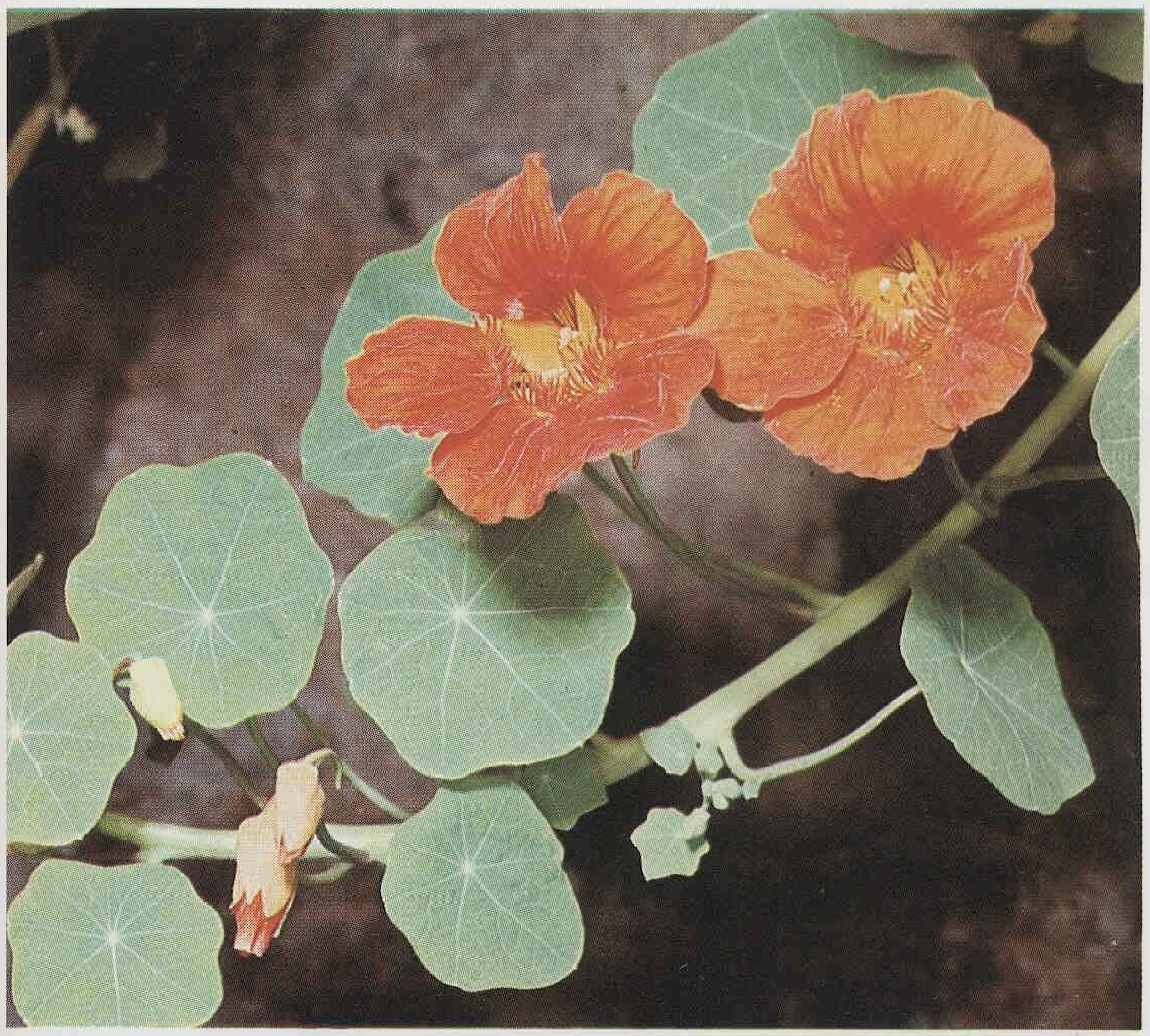




315 CAPUCHINA

(Cat.: *caputxina;* eusk.: *amatxi-lore*)
Tropaeolum majus

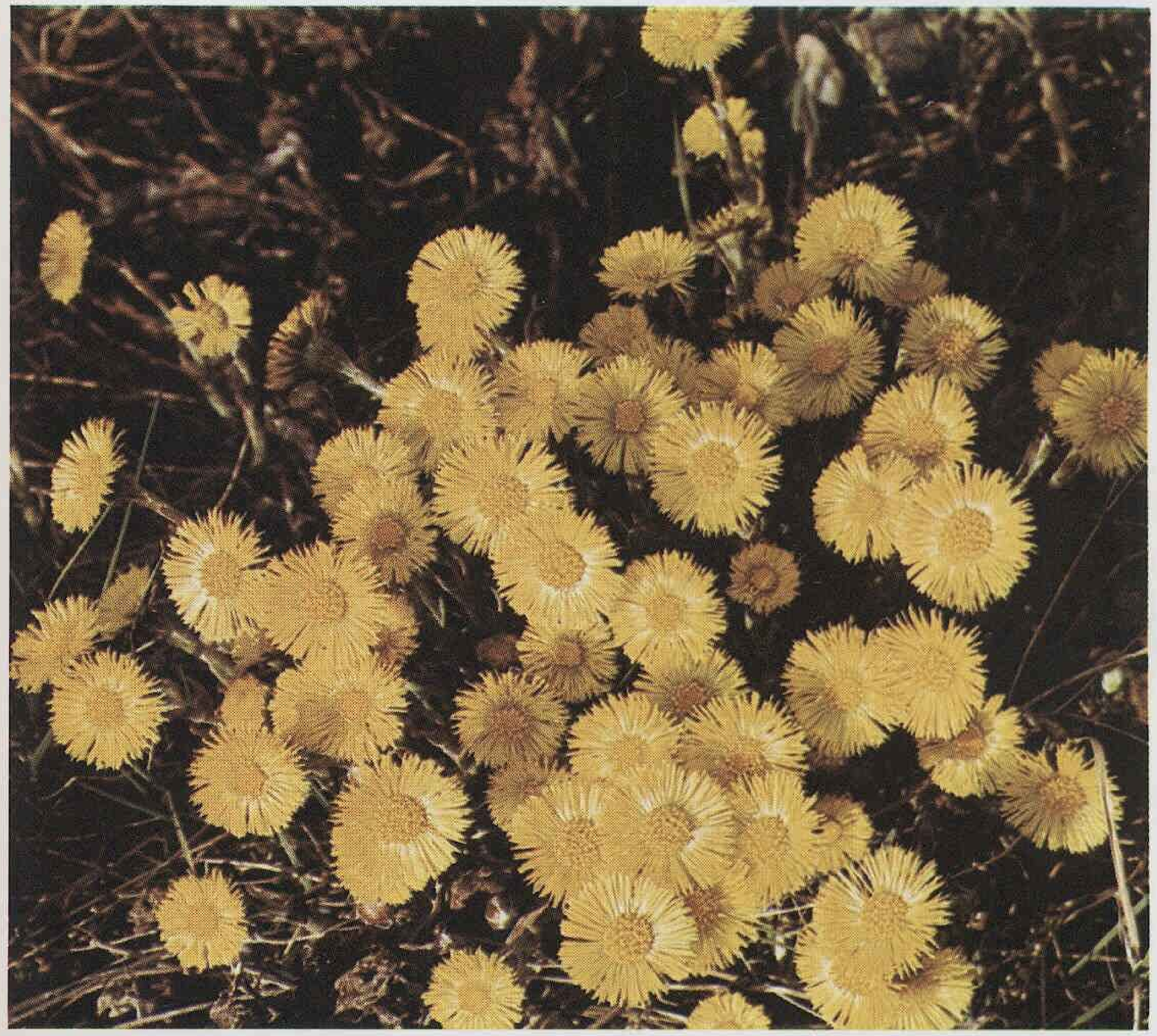
Familia Tropeoláceas.
Descripción Planta herbácea trepadora provista de raíz tuberosa. El tallo está muy ramificado. Las hojas se disponen indistintamente opuestas o alternas, pecioladas, peltinervias, pentalobadas. Flores solitarias dispuestas sobre largos pedúnculos que parten de la axila de las hojas, pentapétalas, de color rojo anaranjado. Fruto de tres piezas carnosas. Esta especie es originaria de América, se ha aclimatado en Europa y es ampliamente cultivada por su aspecto trepador. Puede llegar a medir más de cuatro metros. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Isotiocianato de isobutil, glucotropeolina, espilantol, ácido oxálico, vitamina C.
Propiedades Expectorante, diurética, aperitiva.
Modo de empleo Jugo, infusión.
Nota Toda la planta posee un gusto picante. Por esta razón se utiliza en algunas ensaladas de sabor especial. Las flores, en forma de capullo, se recolectan y conservan a modo de alcaparras en vinagre. De las semillas se obtiene un aceite de elevado rendimiento, semejante al del lino y con propiedades secantes. El jugo, además de su acción béquica, posee propiedades reforzantes del bulbo capilar, por lo que se emplea a modo de fricciones para luchar contra la calvicie. Los frutos pulverizados se emplean popularmente como laxante. En los casos de enfisemas pulmonares se obtiene una acción positiva a partir del jugo bebido conjuntamente con leche.



316 FÁRFARA

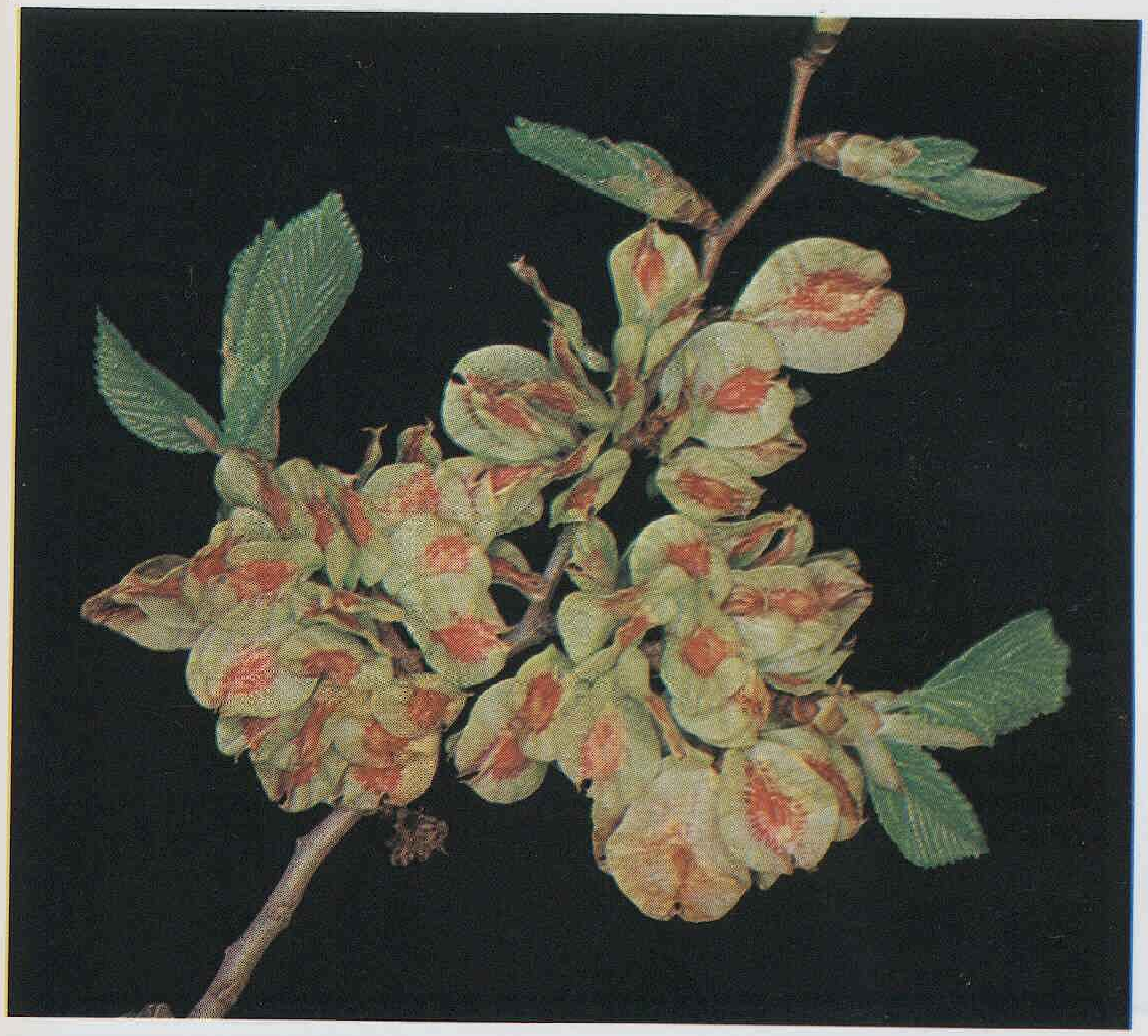
(Cat.: *fàrfara;* eusk.: *zaldioin*)
Tussilago farfara

Familia Compuestas.
Descripción De *tussis* y *agere,* cortar la tos, y de Farfa, abadía en la que era abundante. Planta rizomatosa, con rizoma rastrero y estolonífero. Escapo cubierto de escamas ovales adherentes o ligeramente decusadas. Las hojas se disponen en roseta, pecioladas, acorazonadas, con el margen dentado, lámina superior de color verde e inferior tomentosa. Las cabezuelas se disponen en la extremidad de un escapo que puede alcanzar los 20 cm de longitud. Las flores son solitarias, con la corola formada de lígulas amarillas. El fruto es un aquenio casi cilíndrico, provisto de vilano. Se cría de preferencia junto a las cunetas de las carreteras y a lo largo de los cursos de agua, desde el llano a la colina. Se recolecta en julio.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Mucílagos, tusilaginina, peptina, ácido gálico, ácido acético, esencia.
Propiedades Béquica, sedante de los bronquios, antieczemas, antineurálgica, emoliente.
Modo de empleo Infusión, jarabe, jugo, cataplasma.
Nota En los antiguos tratados de plantas medicinales se la denominaba *fillus ante patrem* por el hecho de que la floración se produce con anterioridad al brote de las hojas, y ha sido considerada siempre particularmente activa en todas las flogosis bronquiales. Las flores se emplean mezcladas con el tabaco de pipa por su perfume de regaliz. Externamente, las cataplasmas preparadas con la fárfara son emolientes y resolutorias en numerosas dermatosis; activas también en las neuralgias. La raíz se usa como amargo, tónico y diaforético.



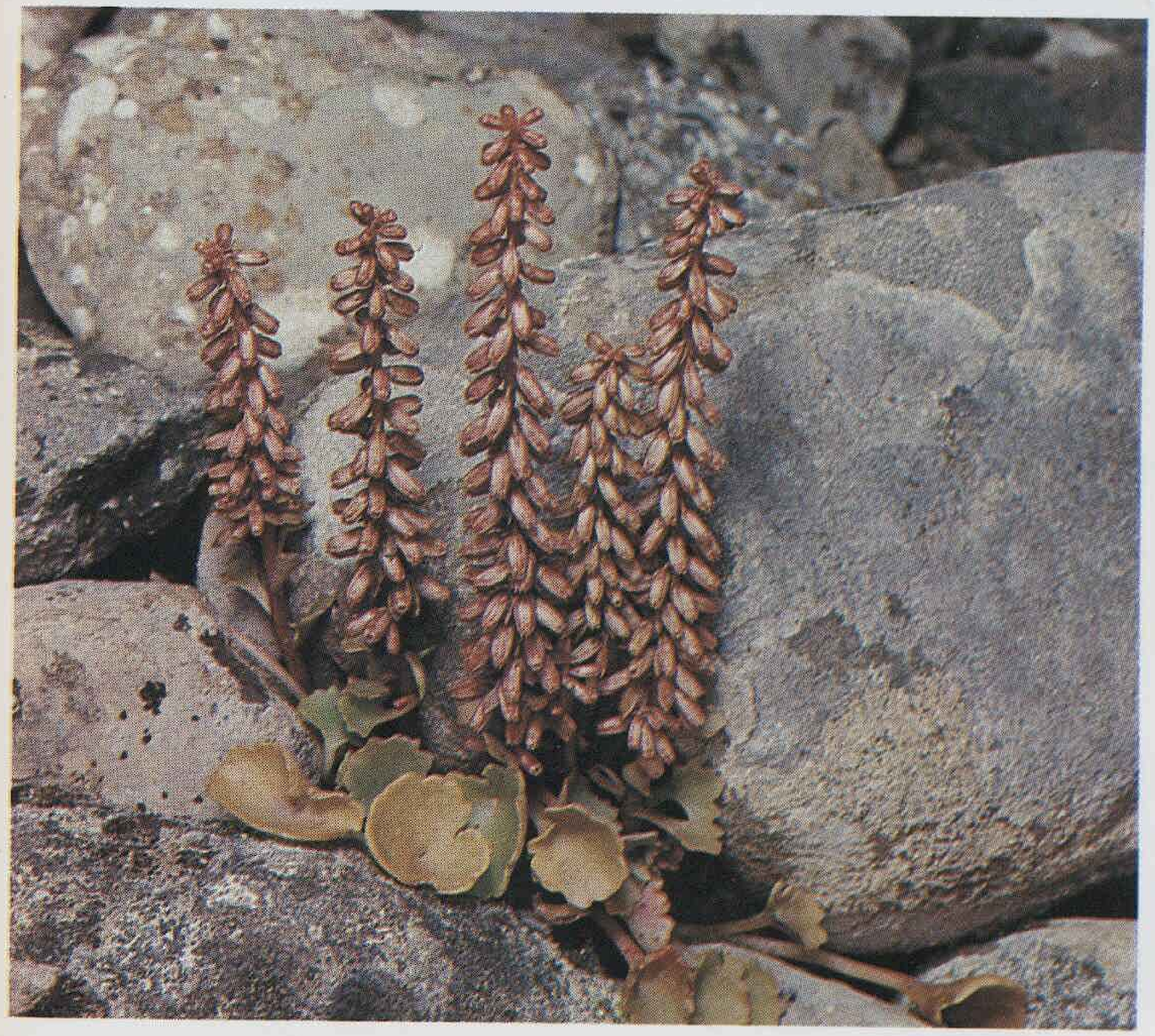
317 OLMO
(Cat.: *om;* eusk.: *zumarr*)
Ulmus campestris

Familia Ulmáceas.
Descripción Árbol de 20-30 m de altura, muy ramificado, con la corteza del tronco rugosa y abierta. Las ramas son al principio tomentosas y después glabras. Las hojas son pecioladas, alternas, elípticas, asimétricas, agudas, dentadas, pilosas y tomentosas, penninervias. Las flores se reúnen en glomérulos axilares, pentasépalas. El fruto es una sámara obovada de color amarillento con aquenio alado. Esta especie es objeto de un intenso cultivo, pero también crece espontánea en Europa. La forma más común es como arbusto formando setos. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas El líber.
Compuestos químicos Ulmina, resina, mucílagos, fitosterina, estigmasterina.
Propiedades Antiherpético, cicatrizante, diurético, resolvente.
Modo de empleo Decocción, jarabe, liparolito, jugo, polvos.
Nota Especie ampliamente utilizada como tutor en los viñedos y también para la obtención de taninos; proporciona además una sustancia colorante para el tratamiento de los tejidos. El jugo, obtenido a partir de la incisión de ramas jóvenes, se ha utilizado en loción contra la calvicie. El polvo de las hojas, con un excipiente idóneo, es útil para la preparación de pomadas antihemorroidales. La decocción aplicada sobre las pieles enrojecidas e irritadas desarrolla una acción calmante. También reacciona frente a algunas dermatosis. La madera se emplea para trabajos de ebanistería.



318 OMBLIGO DE VENUS
(Cat.: *orella de monjo;* eusk.: *orma belarr*)
Umbilicus pendulinus

Familia Crasuláceas.
Descripción Planta grasa provista de un corto rizoma y tallo ligeramente tuberoso. Las hojas son carnosas, colgantes, peltadas, crenadas. Las flores se disponen en racimos con la corola cilíndrica, dividida en finos dientes de aproximadamente un cuarto de su longitud total, blanquecina o verde rojiza. El fruto está formado por cinco folículos libres. Es común en los muros, junto a los olivares, peñas, tejados, etc. El tallo puede medir hasta 40 cm de altura. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Trimetilamina, ceras, clorofila, fotosterina.
Propiedades Lenitivo, diurético.
Modo de empleo Jugo, pulpa, infusión.
Nota Las hojas aplastadas provocan la maduración rápida de los forúnculos y cicatrices. Se emplean en forma de pomada en las hemorroides dolorosas. A partir de las hojas se obtiene una sustancia colorante amarilla. Se cultiva también como planta ornamental para los jardines rústicos rocosos, dada su fácil adaptabilidad. El jugo se ha empleado contra las otitis purulentas, aplicándolo directamente al conducto auditivo.



319 ORTIGA MENOR

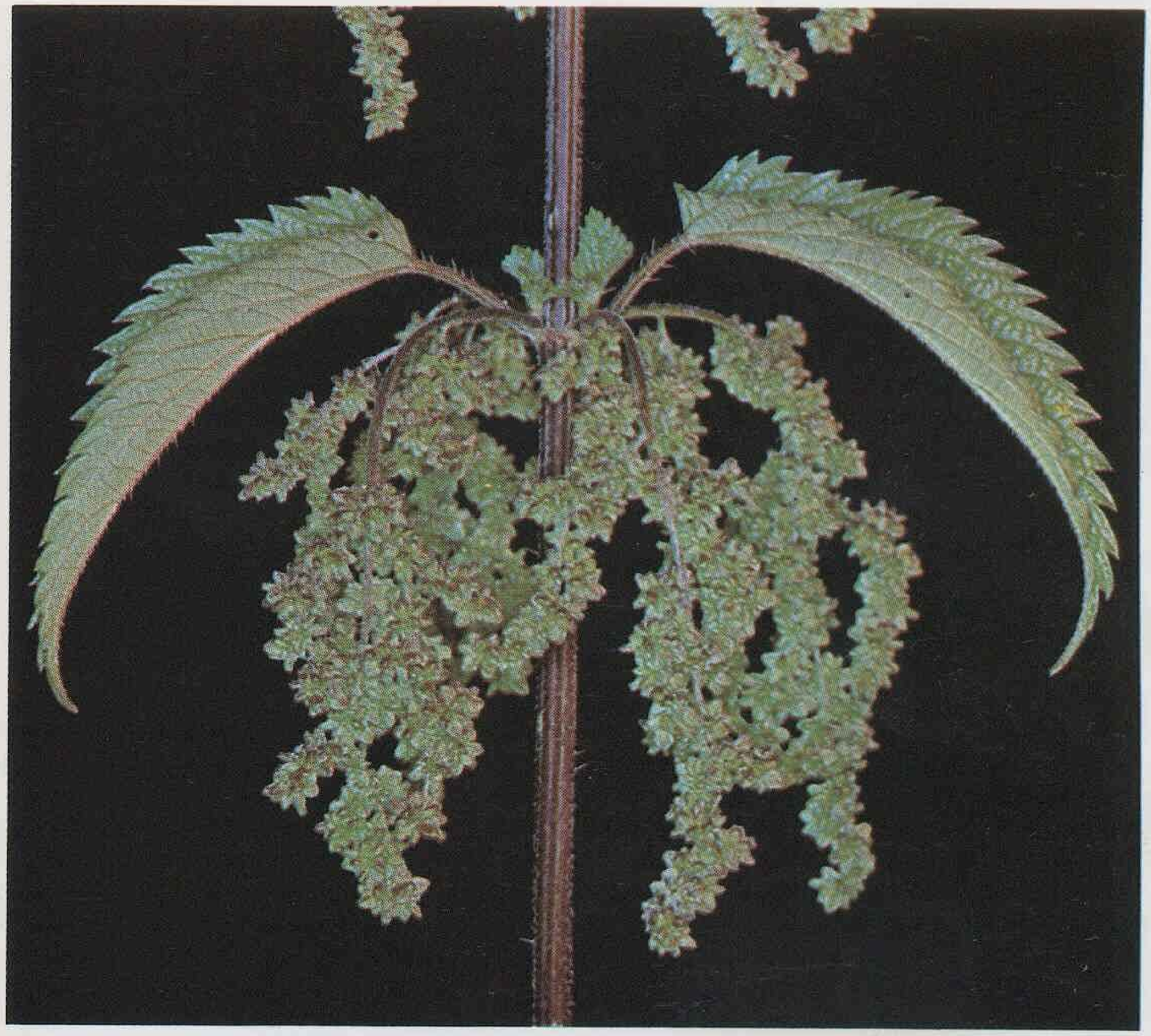
(Cat.: *ortiga menuda*)
Urtica urens

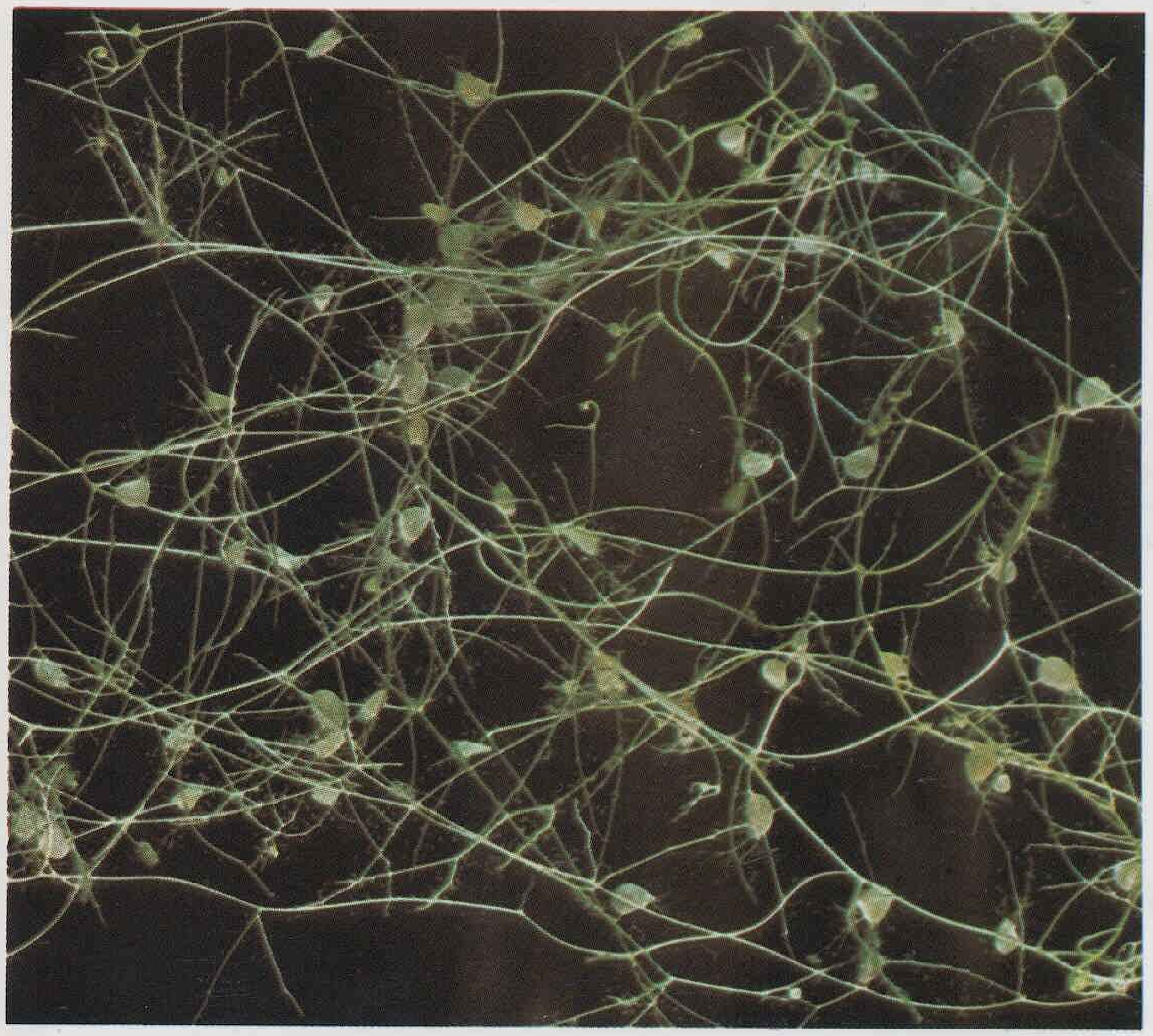
Familia Urticáceas.
Descripción Planta herbácea, no excesivamente alta, con tallo erecto y leñoso recubierto de pelos urticantes, rizoma rastrero y numerosas raíces. Las hojas, de color verde claro, son pequeñas, ovales, profundamente dentadas, cubiertas al igual que el tallo por pelos urticantes. Las flores se disponen en inflorescencias monoicas, con flores masculinas y femeninas reunidas en racimos simples con ovario ovoidal. El fruto es un aquenio de forma elipsoidal que contiene una única semilla. Esta especie es infestante por doquier, en especial sobre suelos nitrogenados, baldíos, a lo largo de los caminos, próxima a las casas. Puede alcanzar un metro de altura. Se recolecta desde la primavera al otoño.
Partes utilizadas Hojas y rizoma.
Compuestos químicos Ácido gálico, ácido fórmico, caroteno, vitamina C, tanino, potasio, hierro, calcio, silicio.
Propiedades Diurética, revulsiva, urticante, depurativa, hemostática, remineralizante.
Modo de empleo Infusión, tintura, jugo.
Nota Se emplea como planta para confección de exquisitas ensaladas, previa ebullición. De esta especie se obtiene una alta proporción de clorofila. De los tallos se extraen fibras para la confección de tejidos y cuerdas de gran resistencia. Es un forraje sumamente adecuado para numerosas especies animales. La raíz posee acción litóntrica, mientras que las semillas favorecen las reglas y poseen capacidad antienurésica en los niños. En algunos lugares se practican todavía las urticaciones sobre dolores reumáticos. Remedio eficaz, aunque doloroso.

320 LENTIBULARIA

Utricularia vulgaris

Familia Lentibulariáceas.
Descripción Hierba acuática flotante con tallos sumergidos que pueden alcanzar los dos metros de altura. Las hojas son bitripinnatosectas, con numerosas lacinias y vesículas ovaladas llenas de aire. Las flores se disponen en número de cinco a diez, en racimos con la corola amarillenta estriada. El labio superior es entero y ligeramente ondulado en el borde. El fruto es una cápsula que contiene semillas rugosas. Planta común en las zonas encharcadas y pantanosas. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Sales orgánicas, tanino, aceite etéreo.
Propiedades Diurética, vulneraria.
Modo de empleo Jugo, infusión, cataplasma.
Nota Las vesículas de la lentibularia permiten su flotación y la función vegetativa. A pesar de ser bastante común en Europa, es una especie de procedencia tropical que goza de una buena introducción. Es muy buscada por los ánades, que la comen ávidamente. En la práctica familiar, se utilizan sus jugos con supuesta finalidad remineralizante. Esta especie se usaba en los arrozales, en épocas de recolección manual, en forma de cataplasmas locales con ligera acción astringente sobre las heridas.





321

ARÁNDANO

(Cat.: *avajonera;* eusk.: *abi*)
Vaccinum myrtillus

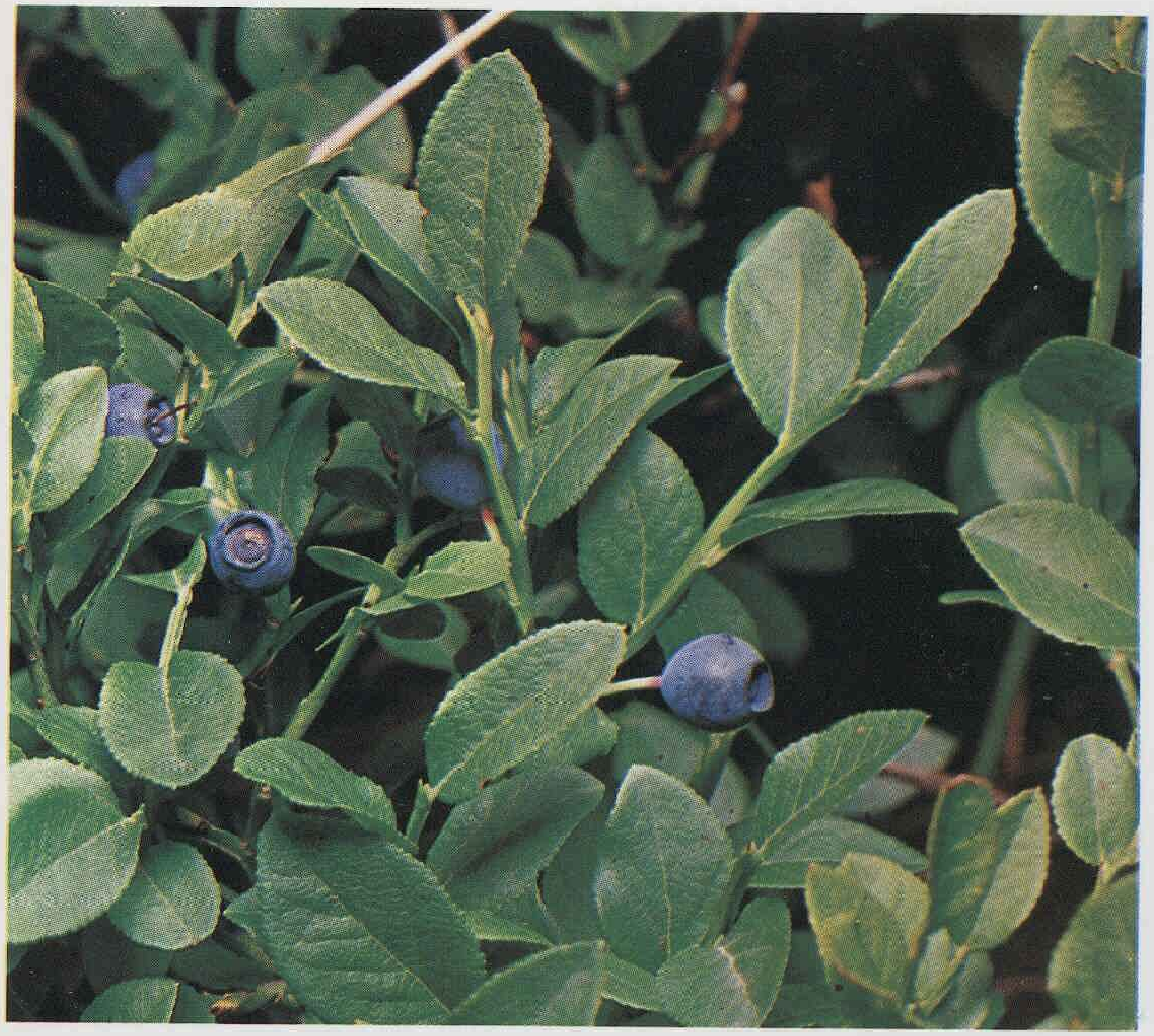
Familia Ericáceas.
Descripción Subfrútice de hasta 30-40 cm de altura, con raíz larga y tallos floríferos erectos ramificados. Ramitas angulosas. Las hojas son alternas, con pecíolo corto, planas, ovales, terminadas en punta, de color verde claro, con el margen dentado. La lámina es lisa, más clara en la cara inferior, con nerviaciones aparentes. Las flores se disponen en la axila de las hojas con el pedúnculo corto y el cáliz tetrápentalobulado. Corola tubular, más estrecha en el ápice e hinchada en la base, con cuatro o cinco pétalos blancos o rosados. El fruto es una baya esférica carnosa, violácea, pruinosa. En el interior se disponen las semillas en forma de media luna. Planta muy abundante en todo el sotobosque húmedo. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Frutos y hojas.
Compuestos químicos Frutos: tanino, azúcares, inositol, pectina, mirtilina, carotenos. Hojas: tanino, arbutina, ericolina, mirtilina, resina, mucílagos.
Propiedades Astringente, antidiarreico, hipoglucemizante, oftálmico.
Modo de empleo Jugo, decocción, extracto fluido, extracto seco, tintura, polvos.
Nota Los frutos son muy buscados para la preparación de deliciosas mermeladas y zumos. Secos poseen actividad estítica. Las hojas tiñen los tejidos de verde, al igual que las bayas. La vaina de los frutos contienen antocianina y es específica en la hemeralopía. El agua destilada de las hojas constituye un eficaz colirio contra las inflamaciones.

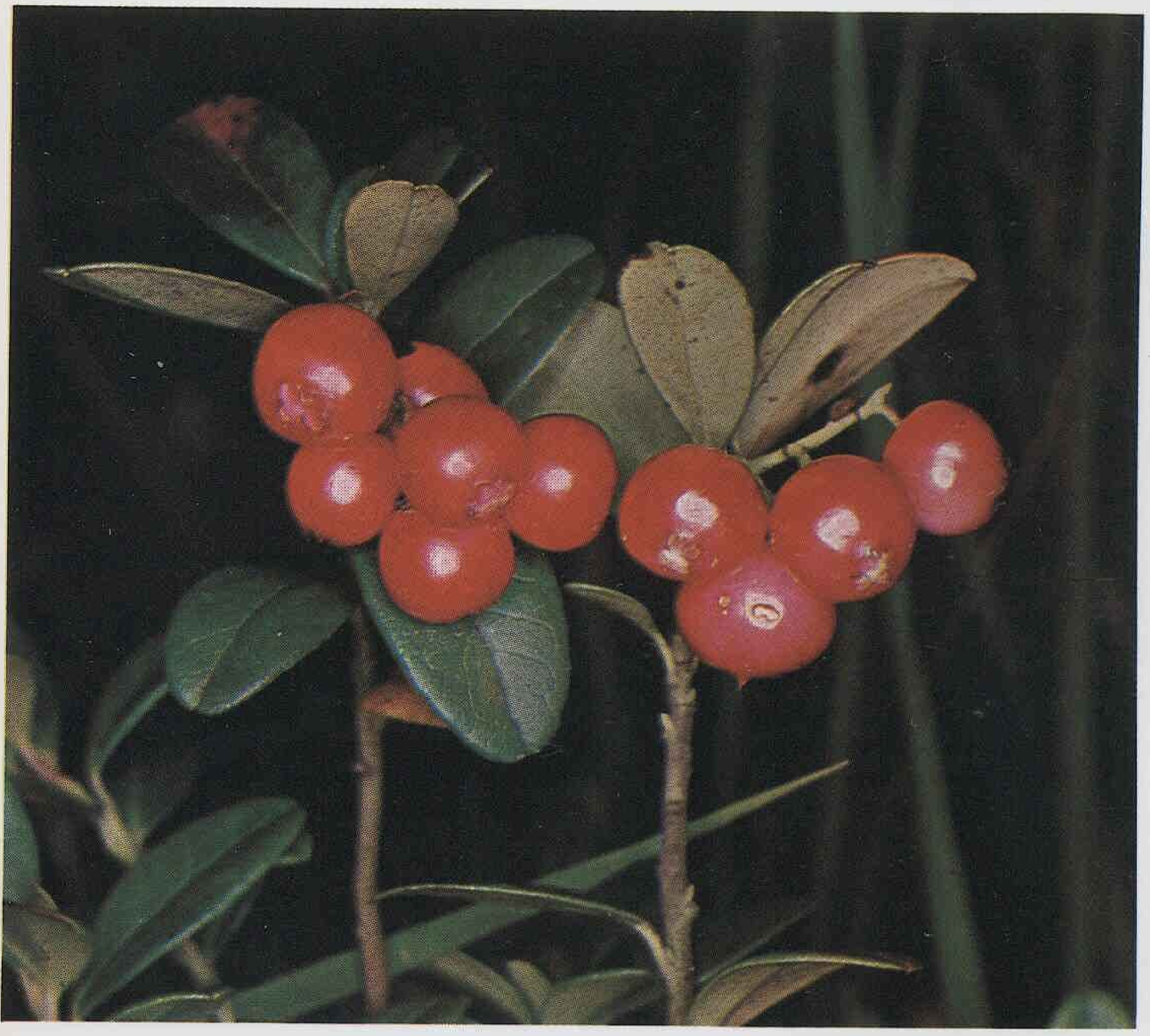
322

ARÁNDANO ROJO

(Cat.: *avajonera vermella*)
Vaccinum vitis-idaea

Familia Ericáceas.
Descripción Subfrútice perenne, muy ramificado, con el rizoma serpenteante. Las hojas son perennes, alternas, coriáceas, elípticas, con el ápice obtuso, algo pecioladas. El borde está doblado hacia abajo. Las flores se disponen en racimos en la extremidad de las ramas, con el cáliz pentalobulado y corola tubular, terminada con cinco lóbulos. El color de la flor es blanco rojizo y el fruto, una baya esférica roja, áspera, que contiene semillas con abundante albumen. La planta puede alcanzar los 35 cm de altura. Se recolecta en junio. Es común en los prados montanos y en las vertientes soleadas.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Ericolina, arbutina, tanino, ácido gálico, ácido cítrico, azúcar.
Propiedades Antiséptico, antidiurético, litóntrico, astringente.
Modo de empleo Decocción, extracto fluido, tintura.
Nota Es un sucedáneo de la gayuba, hasta el punto de que las hojas se emplean para su falsificación. Los frutos son comestibles y agradables. Con ellos se preparan mermeladas y gelatinas. Toda la planta se emplea para operaciones de curtido. Dada la elevada producción de néctar es muy buscada por las abejas.

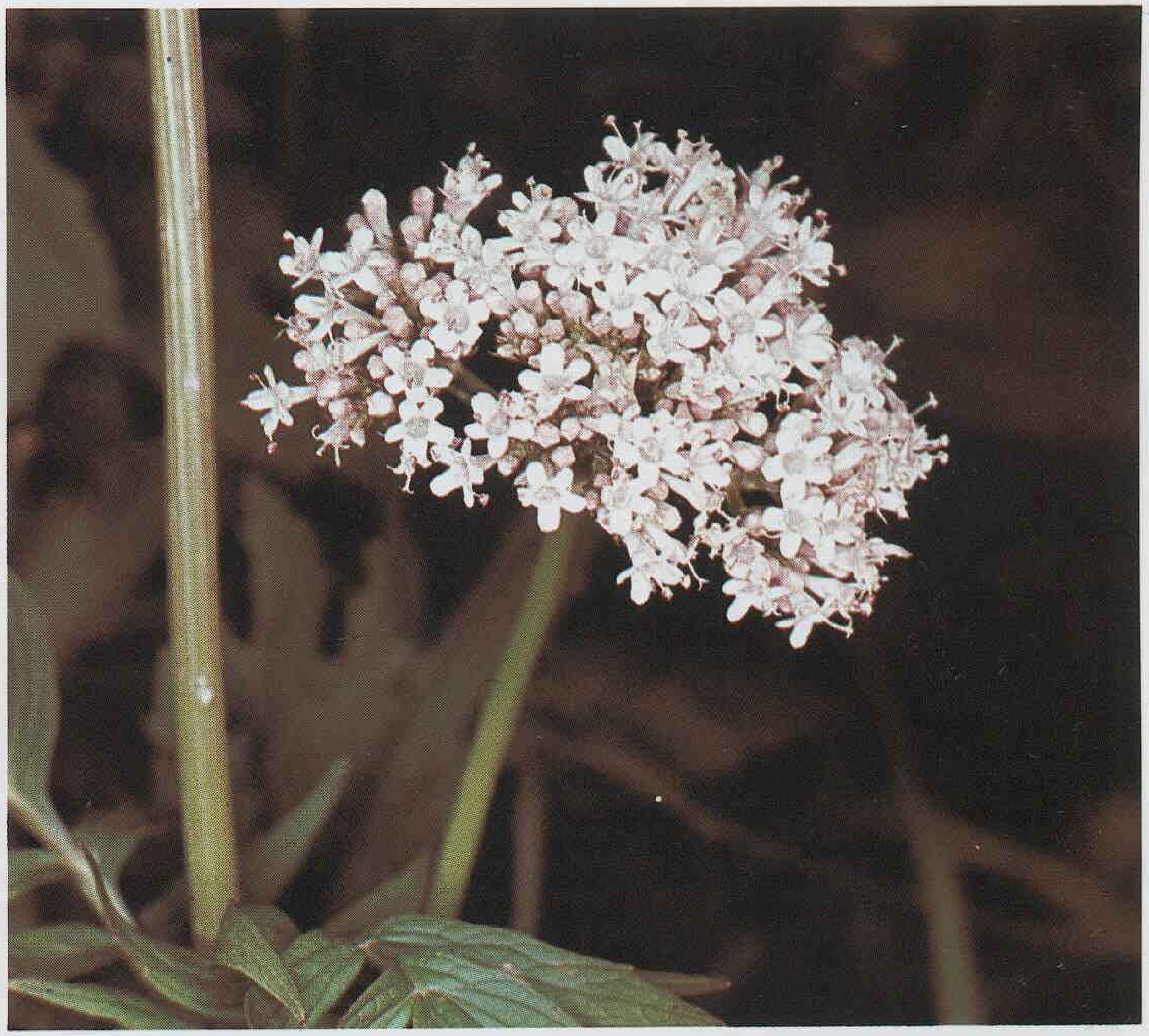




323 VALERIANA

(Cat.: *valeriana;* eusk.: *ardi-belarri*)
Valeriana officinalis

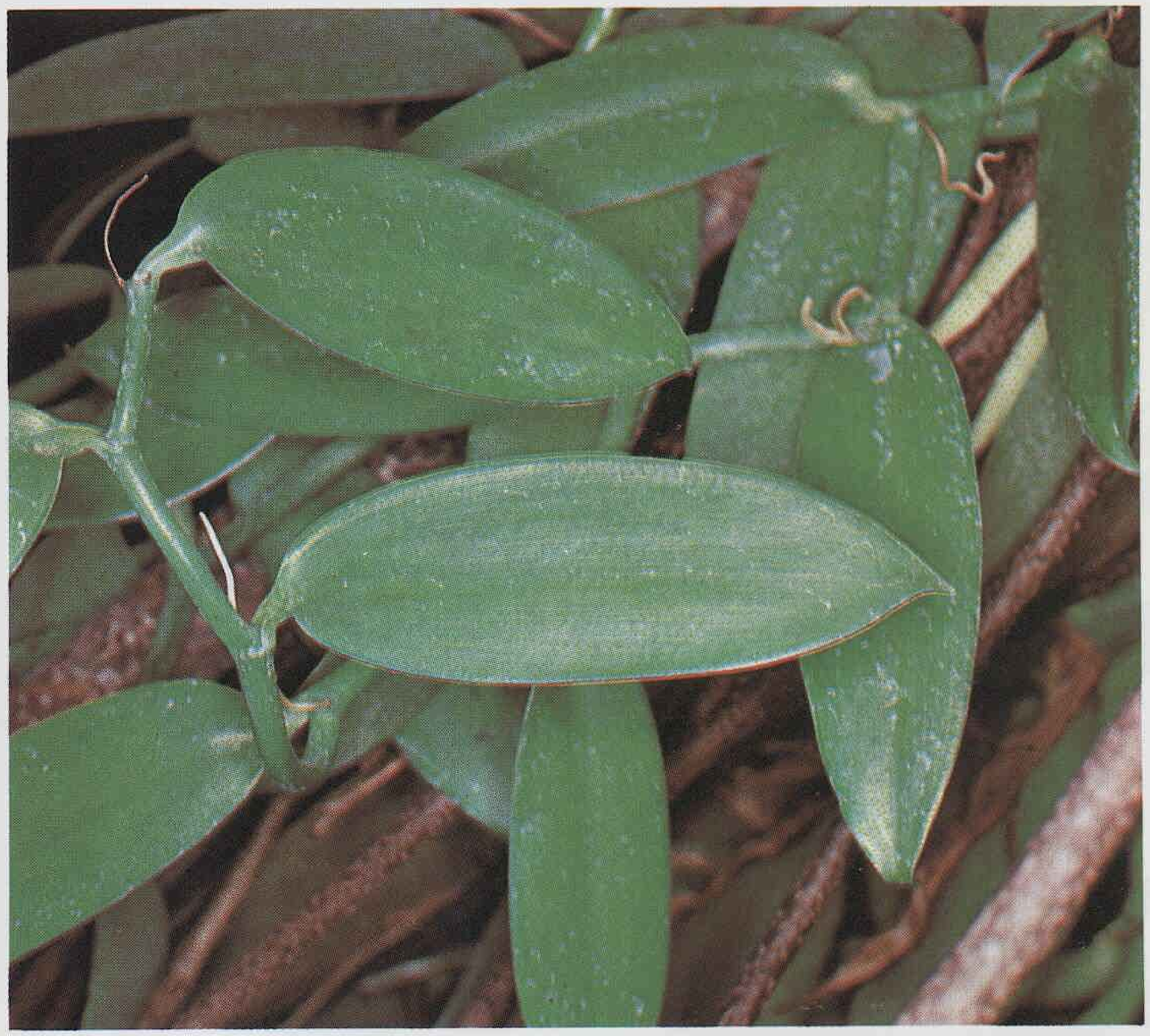
Familia Valeriana officinalis
Descripción Planta herbácea provista de un corto rizoma y numerosísimas raíces fasciculadas con el interior hueco. Tallo simple y fistuloso que puede alcanzar hasta 1,5 m, surcado. Las hojas son opuestas, pinnatosectas, sésiles; las basales, pecioladas. Los folíolos son oblongos, con el margen dentado. Las flores se disponen en corimbo apical con el cáliz multidentado y la corola pentalobada de color rosa. El fruto es un aquenio ovoidal provisto de vilano. Común tanto espontánea como cultivada, prefiere los lugares húmedos y encharcados como hábitat específico. Se recolecta en primavera avanzada.
Partes utilizadas Rizoma y raíces.
Compuestos químicos Valeriana, catenina, esencia, glucosa, tanino, valerianina, enzimas.
Propiedades Sedante, antiepiléptica, hipotensiva, cardiotónica, antidepresiva.
Modo de empleo Polvos, tintura, jugo, extracto fluido, infusión.
Nota Por destilación, la valeriana proporciona un aceite esencial amarillento con una densidad de 0,93 cuyos principales componentes son pineno, canfeno, borneol e isovalerianato de bornilo. La concentración media es del 1 %. La valeriana está considerada como uno de los simples más activos en las neurosis, aunque todavía se desconocen los detalles del mecanismo de su acción. Externamente se obtienen óptimos resultados contra los dolores musculares con aplicaciones tópicas de compresas de decocción de las raíces, con finalidad antálgica.



324 VAINILLA

Vanilla planifolia

Familia Orquidáceas.
Descripción Planta con tallo leñoso cilíndrico, largo y débil, sarmentoso, trepador mediante radículas. Puede llegar a medir hasta 15 m. Color verde violáceo oscuro. Las hojas son alternas, elípticas o bien ovadooblongas, con el ápice agudo. La lámina y el borde son glabros. Las flores se agrupan en racimos que parten de la axila de las hojas provistas de un largo pedúnculo que, a su vez, arranca de una bráctea ovada. Seis sépalos. Las flores son de color amarillo verdoso o anaranjado. El fruto es una cápsula casi cilíndrica, carnosa, que contiene numerosas semillas, pequeñas, brillantes, casi negras. Es originaria de América Central, pero se cultiva también en Australia y África. Se recolecta al llegar a la madurez.
Partes utilizadas Los frutos.
Compuestos químicos Vanillina, ácido vanilínico, resinas, mucílagos, tanino, aldehído anísico, ácido anísico, piperonal.
Propiedades Estimulante, digestiva, colerética, aromatizante.
Modo de empleo Jarabe, tintura.
Nota Entra en la composición del elixir de Garus y en numerosas preparaciones de pastelería y de perfumería. Por vía interna conviene no rebasar determinadas dosis, a fin de no provocar fenómenos irritantes. El perfume del fruto de la vainilla sólo se produce al cabo de cuidadosas fermentaciones; fresco no desprende olor alguno.



325 VEDEGAMBRE

(Cat.: *veratre;* eusk.: *baladre*)
Veratrum album

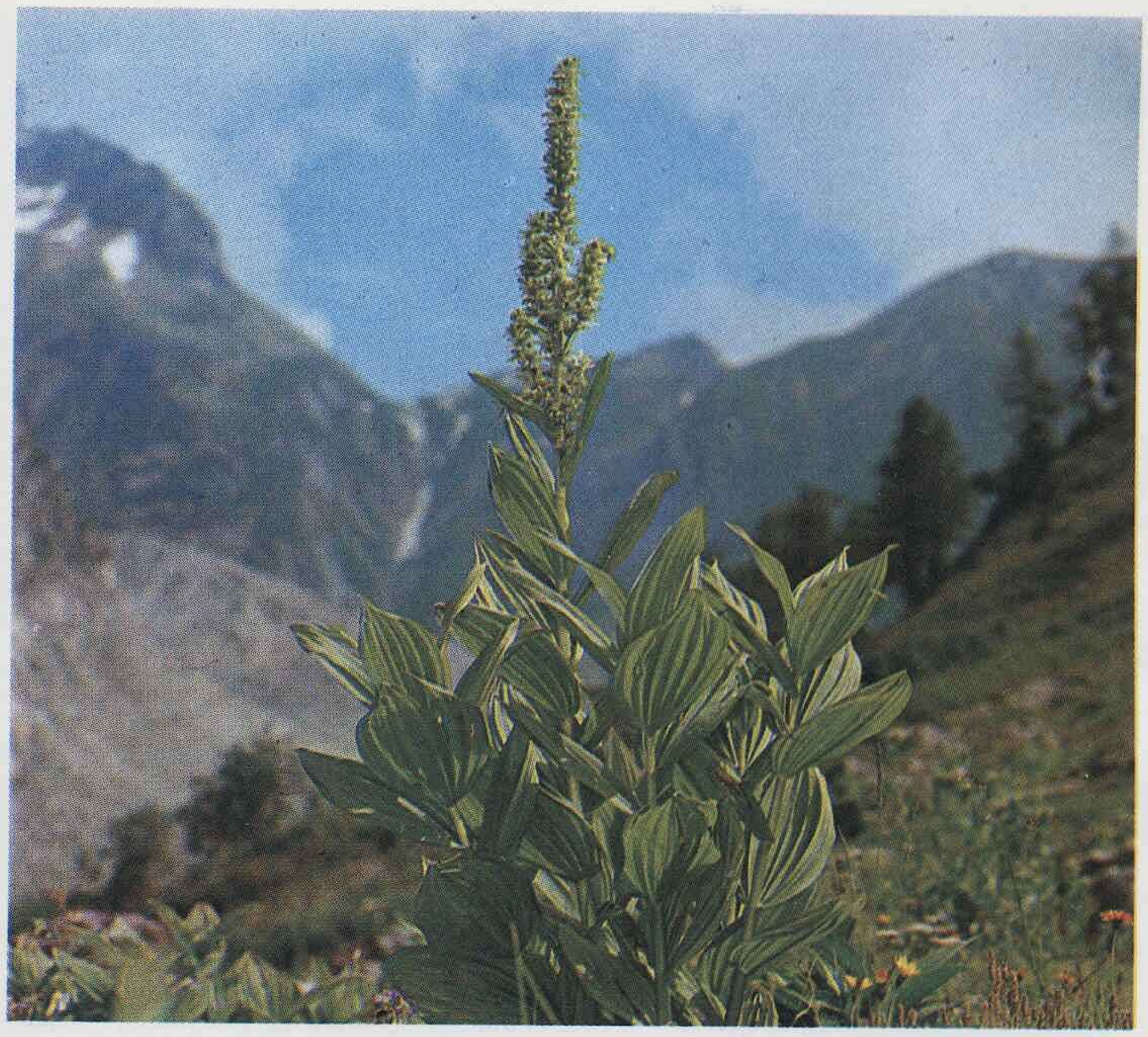
Familia Liliáceas.
Descripción Planta perenne de rizoma rastrero, con una serie de marcas correspondientes a las hojas perdidas, oscuro, fibroso, con numerosas radículas. Las hojas son alternas, algo coriáceas, ovaladoelípticas, con el ápice agudo, nerviaciones longitudinales paralelas, margen entero, lámina superior glabra, envainante, con el tallo erecto, fistuloso. Las flores se agrupan en mazorcas, provista cada una de ellas de un pecíolo de color amarillo verdoso. Los tépalos, lanceolados, se disponen en número de seis. El fruto es una cápsula trilocular que encierra una serie de semillas planas. Puede alcanzar un metro y medio de altura. Abunda en los prados montanos de toda Europa. Se recolecta a comienzos de otoño.
Partes utilizadas El rizoma.
Compuestos químicos Protoveratrina, germerina, jervina, veratramina, veratrosina, veratralbina, ácido quelidónico, goma, azúcar, almidón.
Propiedades Analgésico, emetocatártico, antirreumático, estornutatorio.
Modo de empleo Polvos, tintura, liparolito.
Nota Planta muy venenosa que no debe emplearse en medicina doméstica a causa de la acción paralizante que desarrolla sobre el sistema nervioso. Los preparados externos se usan como analgésicos locales, sobre pieles sin heridas. La decocción de la planta es insecticida, y esta propiedad se emplea con acción equivalente a los productos químicos. Los polvos aspirados producen estornudos. Conviene prestar atención durante la recolección a fin de no confundir la raíz de la genciana con la del vedegambre. Es un error fácil, ya que las hojas de ambas especies son prácticamente iguales.

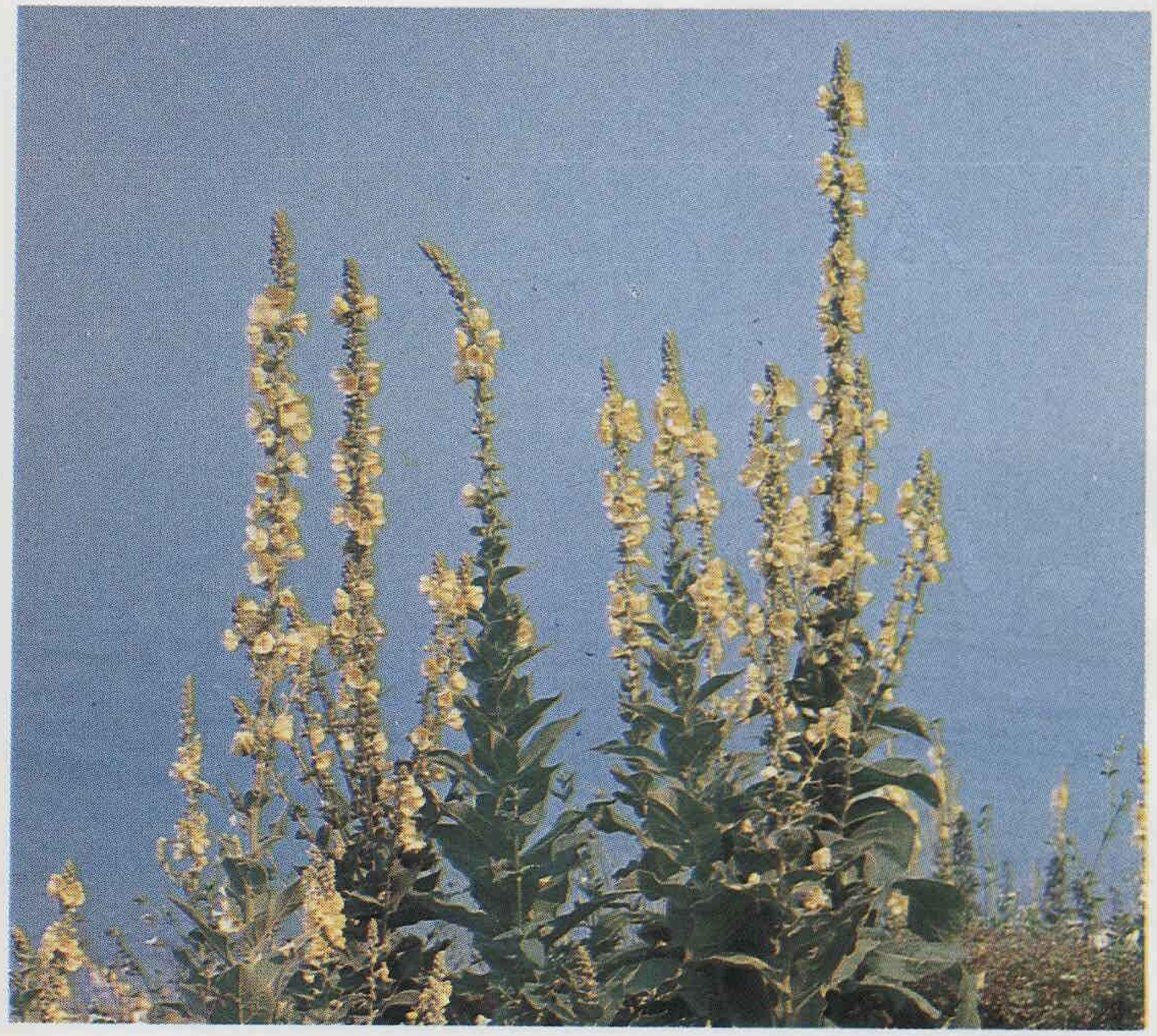
---

326 GORDOLOBO

(Cat.: *blenera;* eusk.: *ostaza*)
Verbascum thapsus

Familia Escrofulariáceas.
Descripción Planta herbácea tomentosa con raíz axonomorfa blanca. El tallo, simple, puede llegar a medir dos metros. Las hojas son oval-lanceoladas, alternas, lanosas, con un corto pecíolo. Las basales, dispuestas en roseta, mientras que las caulinares son sésiles. Las flores se reúnen en racimos que forman a menudo una mazorca con el cáliz pentalobulado y corola amarilla, primero tubular y después lobada. El fruto es una cápsula elipsoidal que contiene semillas rugosas. Abunda en los campos baldíos, al borde de las carreteras, sobre escombros soleados. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas Las flores.
Compuestos químicos Ácido tápsico, mucílagos, verbascosaponina, inositol, azúcar, resina.
Propiedades Antiespasmódico, béquico, emoliente, antineurálgico, antihemorroidal.
Modo de empleo Infusión, tintura, liparolito.
Nota Las hojas del gordolobo producen alivio en los accesos asmáticos si se fuman. Poseen también, trituradas y aplicadas, acción antineurálgica. Con las hojas y las flores se prepara una pomada con acción antihemorroidal. Las semillas contienen aceite. Una decocción de las semillas se emplea con eficacia contra los sabañones y las grietas de la piel. En las preparaciones de esta especie conviene llevar a cabo un atento filtrado a fin de eliminar los pelos de la planta, que producen irritaciones.





327 VERBENA

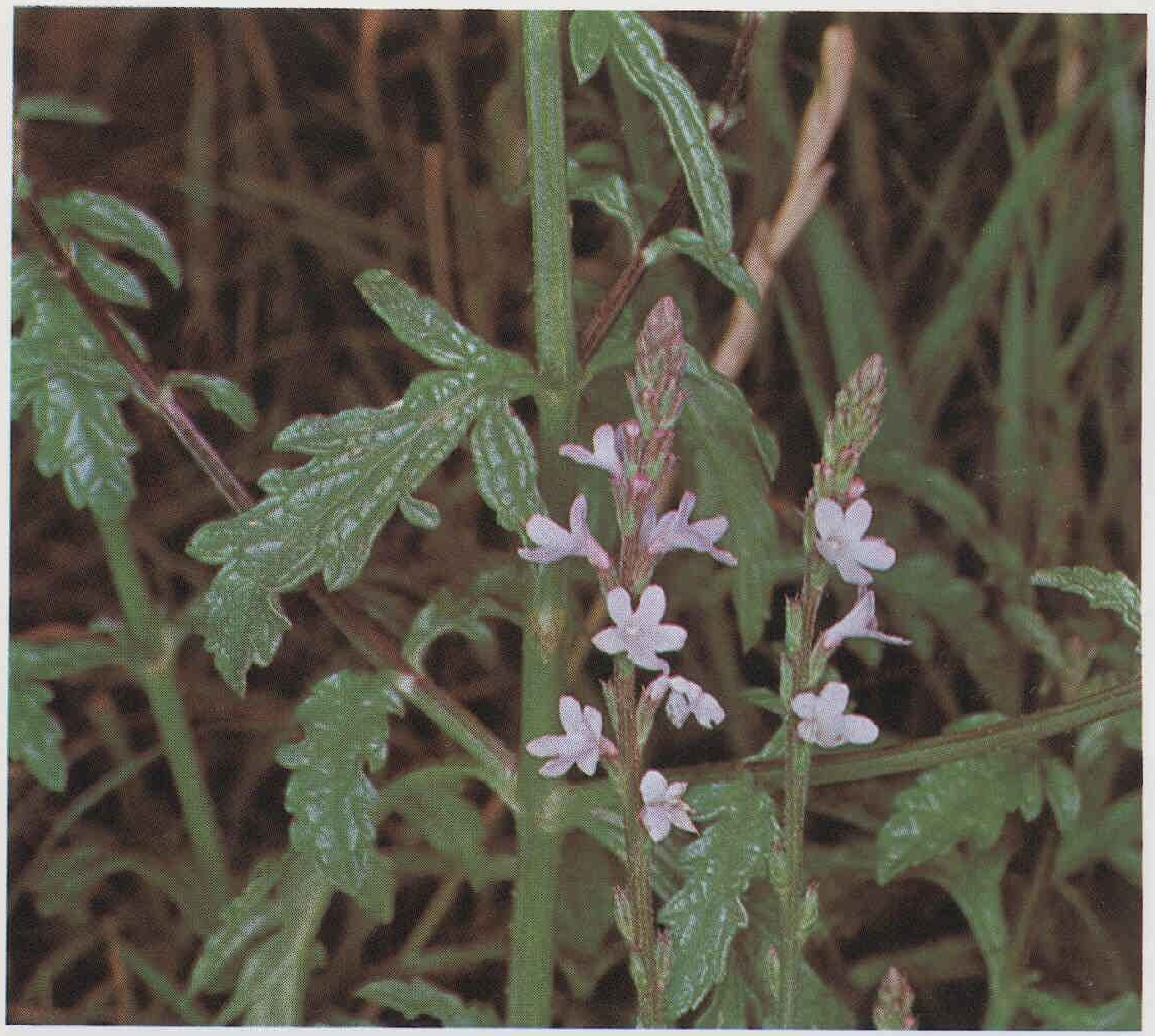
(Cat.: *berbena;* eusk.: *izusta*)
Verbena officinalis

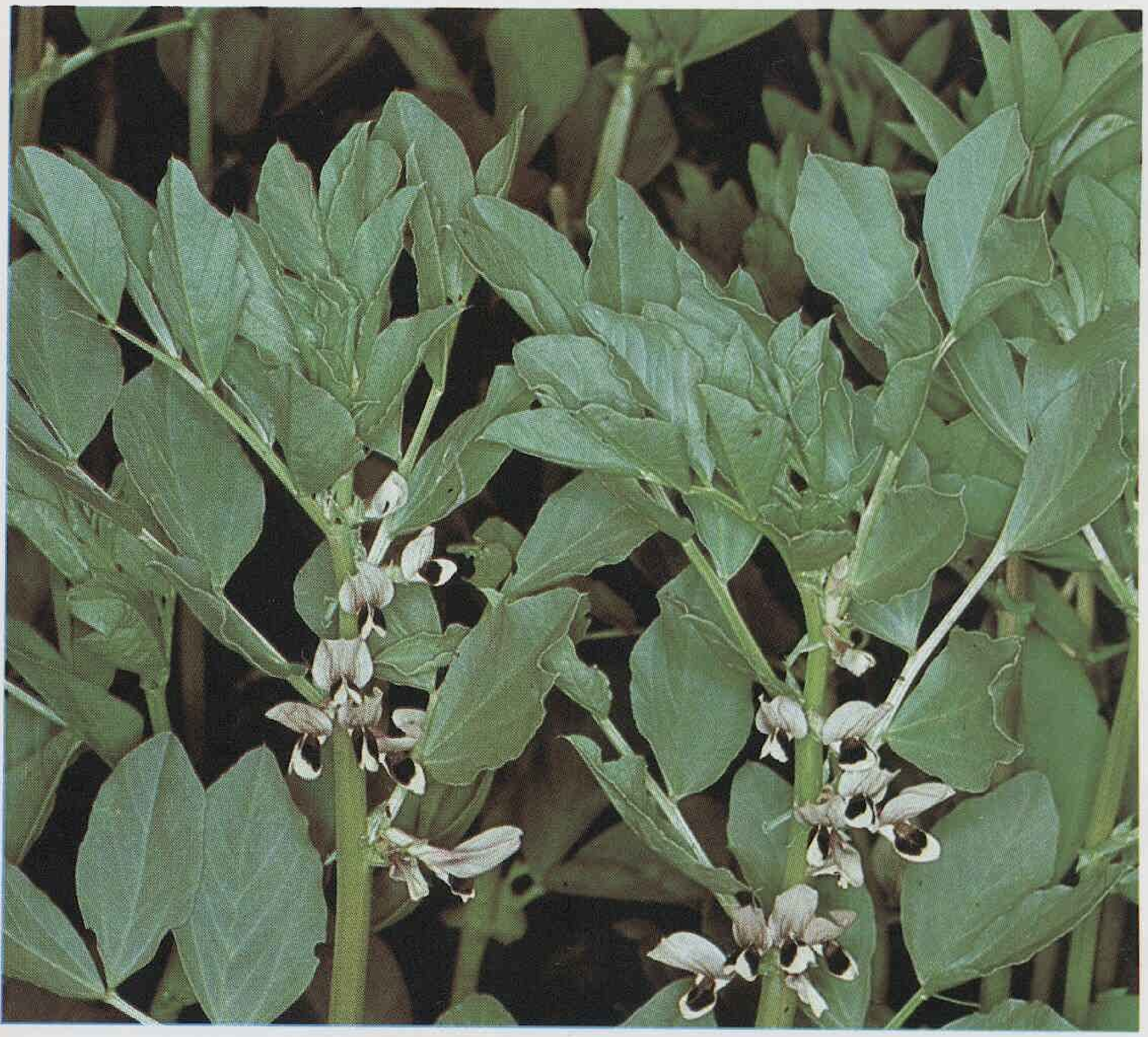
Familia Verbenáceas.
Descripción Hierba erecta, de hasta 50 cm de altura, con raíz fusiforme. El tallo es cuadrangular, acanalado sobre dos caras opuestas, ramificado. Las hojas son opuestas, pinnatífidas, ovaltripartidas. Las superiores son crenadas. Las flores, de color rosa lila, se disponen sobre largas espigas terminales que forman una mazorca terminal. El cáliz es pentadentado y la corola, tubular y pentalobada. Los frutos son aquenios. Común junto a los caminos, lugares baldíos, escombros. Se recolecta en verano.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Verbenalina, mucílagos, tanino, esencia, sustancia amarga.
Propiedades Estomacal, desobstruyente de la vesícula biliar, resolvente, antineurálgica.
Modo de empleo Infusión, tintura, extracto fluido, cataplasma.
Nota La verbena se denomina también «hierba sagrada» debido a *verbenarius,* figura romana que se utilizaba como auspicio en la negociación de la paz. Se ha pretendido hallar en esta planta una acción afrodisíaca, que no se ha confirmado con los modernos análisis llevados a cabo; en cambio, ha proporcionado interesantes resultados, en cuya investigación habría que profundizar, en la curación de determinados tumores. Esta especie se emplea también como amargo y en sustitución del té. A partir de la verbena se obtiene una esencia perfumada, aunque con escaso rendimiento. La llamada esencia de verbena procede de otra planta que no tiene nada que ver con la especie descrita.

328 HABA

(Cat.: *favera;* eusk.: *baba*)
Vicia faba

Familia Leguminosas.
Descripción Planta herbácea, erecta, glabra, con raíz axonomorfa. El tallo es tetragonal y puede alcanzar una altura de hasta 80 cm. Las hojas son alternas, compuestas de dos a cinco folíolos ovales, enteros, mucronados, con estípulas. Las flores se agrupan en racimos sésiles. Son de color blanco con las alas púrpura. El cáliz presenta dientes superiores triangulares e inferiores lanceolados. Las legumbres son largas, al principio carnosas y después coriáceas, y contienen semillas aplastadas o angulosas. Esta especie procede del norte de África. Poco frecuente en estado silvestre, es muy común su cultivo en climas templados. Se recolecta en primavera.
Partes utilizadas Las vainas.
Compuestos químicos Legumina, vitaminas C, PP, B1, A, K, E.
Propiedades Diurética, litóntrica.
Modo de empleo Decocción, polvos.
Nota El uso desmedido de las habas frescas puede provocar la enfermedad conocida como favismo, que produce fiebres, temblores, delirio, hemolisis y albuminaria. El polen puede desencadenar fenómenos alérgicos. La harina de esta especie es abundante en prótidos y vitaminas, por lo que constituye un alimento muy nutritivo que puede emplearse solo o con otras harinas.





329

VINCAPERVINCA

(Cat.: *vincapervinca;* eusk.: *ikonte-belarr*)
Vinca minor

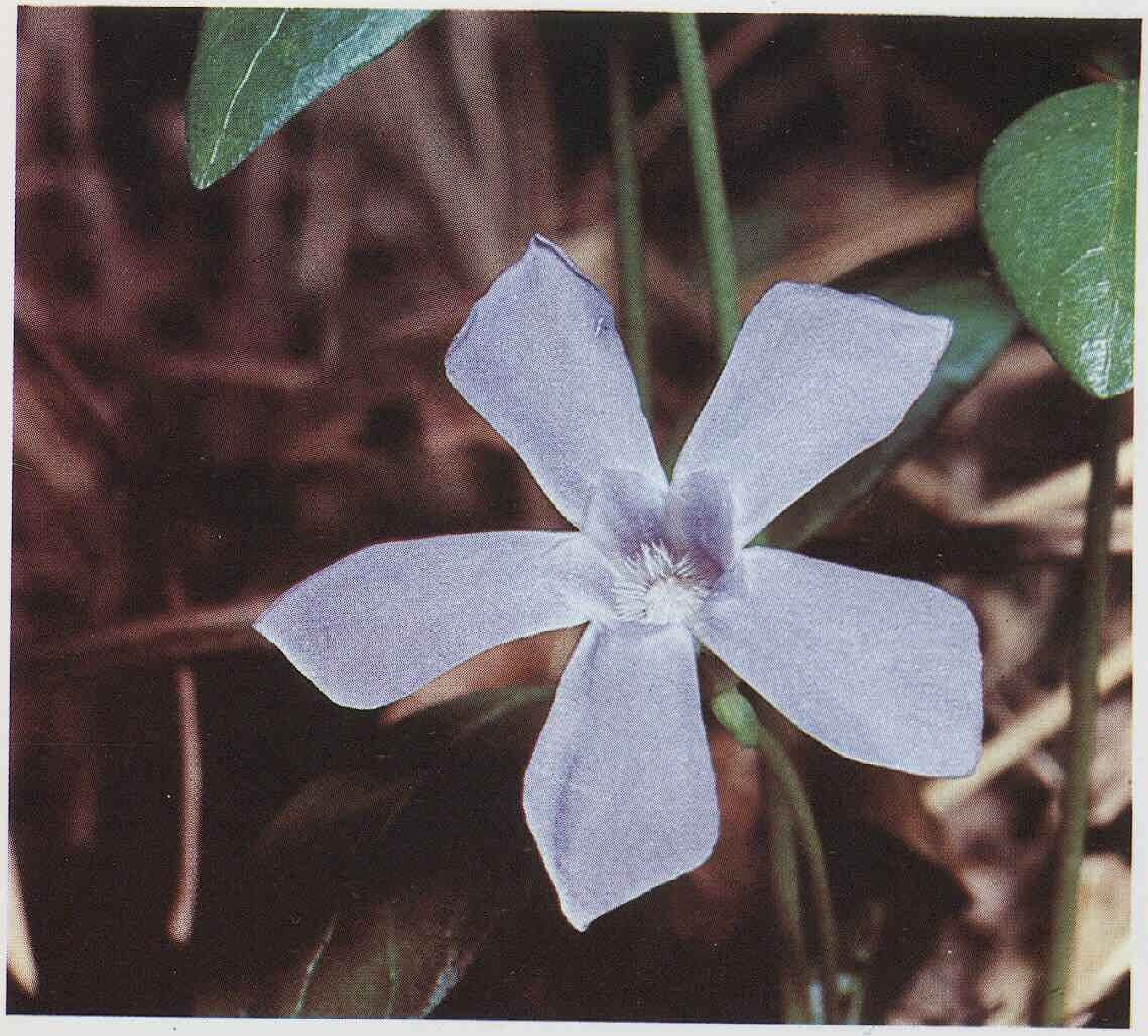
Familia Apocináceas.
Descripción Del latín *vincire*, atar, por la tendencia de las ramas. Planta con numerosas ramas rastreras, postradas, y raíz muy ramificada. Los tallos pueden alcanzar los 2 m de longitud. Las hojas, coriáceas y verdes, perennes, son elípticas o lanceoladas opuestas, con pecíolo pequeño, brillantes, con la nerviación central sobresaliente. Las flores nacen a partir de la axila de las hojas y disponen de un largo pedúnculo de color azul violeta, con cinco pétalos soldados en forma de tubo, truncados. Los estambres se disponen en número de cinco. Los frutos son dos folículos cilíndricos con numerosas semillas. Es abundante en los campos y linderos de los bosques, y se cultiva como ornamental en numerosos jardines. Se recolecta en primavera y en otoño.
Partes utilizadas Las hojas y la raíz.
Compuestos químicos Hojas: vincina, vincósido, saponina, carotenos, tanino. Raíz: vincamina, vincamirina, isovincamina.
Propiedades Hojas: amarga, estomacal, detergente. Raíz: hipotensiva, espasmolítica, simpaticolítica.
Modo de empleo Hojas: decocción, polvos, tintura. Raíz: extracto fluido, tintura, enolito.
Nota En algunas regiones se confeccionan cestos con los sarmientos. La especie se emplea como ornamental en jardines. Las hojas frescas, machacadas y aplicadas sobre las heridas, tienen propiedades astringentes y cicatrizantes.

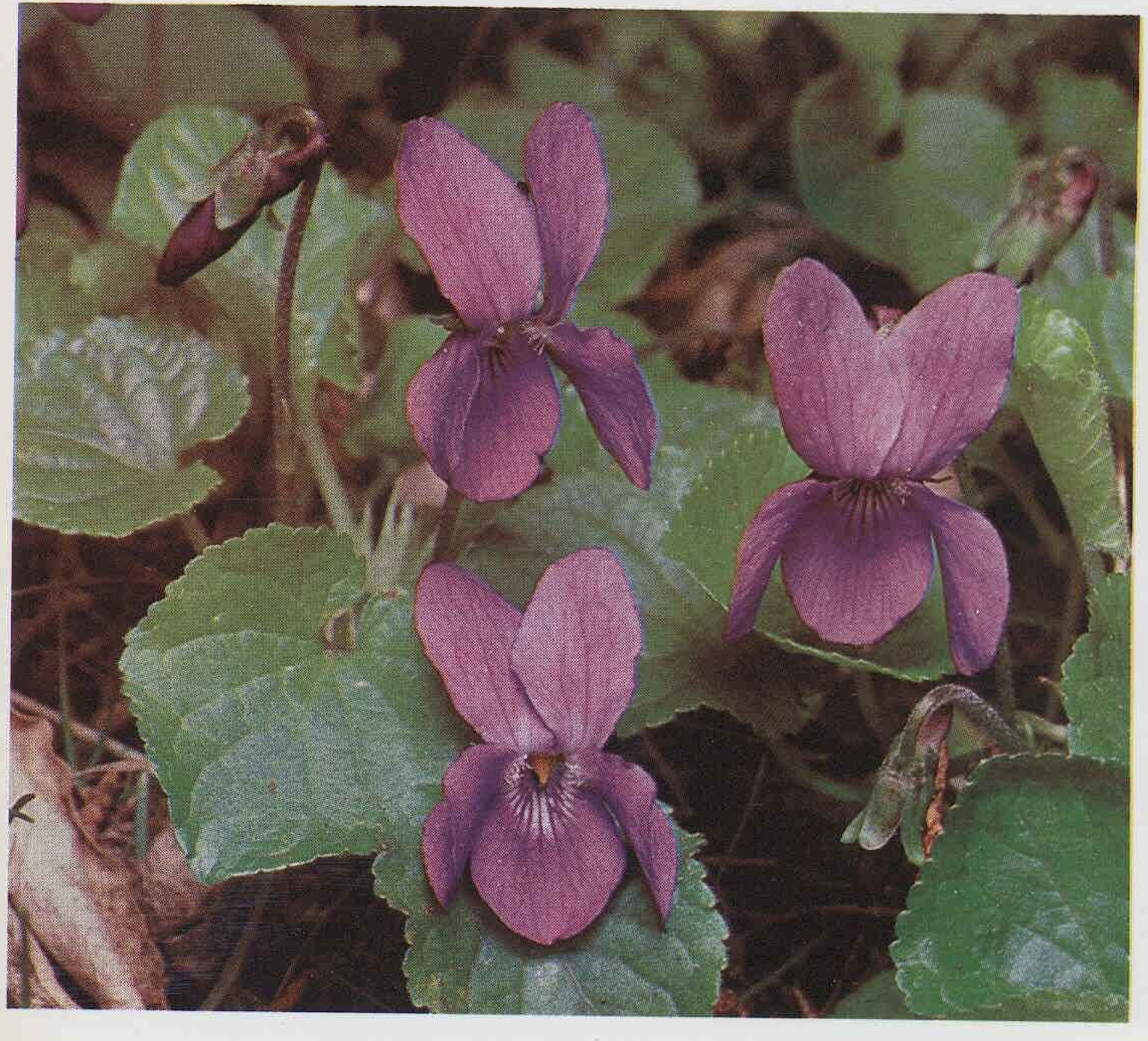
330

VIOLETA

(Cat.: *violeta;* eusk.: *briolet*)
Viola odorata

Familia Violáceas.
Descripción Planta herbácea perenne provista de rizoma corto y estolones rastreros que emiten una serie de raíces. Las hojas se disponen en roseta basal, pecioladas, con la lámina señalada por aparentes nerviaciones, de color verde, reniformes, con el margen plurilobulado. Las flores se disponen sobre un largo pedúnculo de color marrón, a cuya mitad se disponen dos bracteolas. Presentan cinco sépalos ovales y corola pentapétala de color violeta. El pétalo inferior se prolonga hacia fuera en una especie de espolón. El fruto es una cápsula subesférica que contiene semillas oscuras en las que existe una excreencia. Crece tanto espontánea como cultivada desde el llano a la montaña, en campos, prados y bosques. Florece en primavera. Se recolecta en primavera y en otoño.
Partes utilizadas Flores y rizoma.
Compuestos químicos Esencia, heterósido, mucílagos, saponina, goma (flores); viola emetina y violina (raíz).
Propiedades Emoliente, expectorante, laxante.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota La esencia de violeta, muy apreciada, se obtiene mediante destilación con un rendimiento aproximado de 50 g por cada 100 kg de flores. Estas últimas se emplean en pastelería. La raíz sustituye sin problemas a la ipecacuana como vomitivo. Las hojas en decocción son antirreumáticas. A partir de la violeta se obtiene también una esencia que proporciona aroma herbáceo a los perfumes. La tintura de violeta, como la de alcaparra, es un reactivo para ácidos y bases.

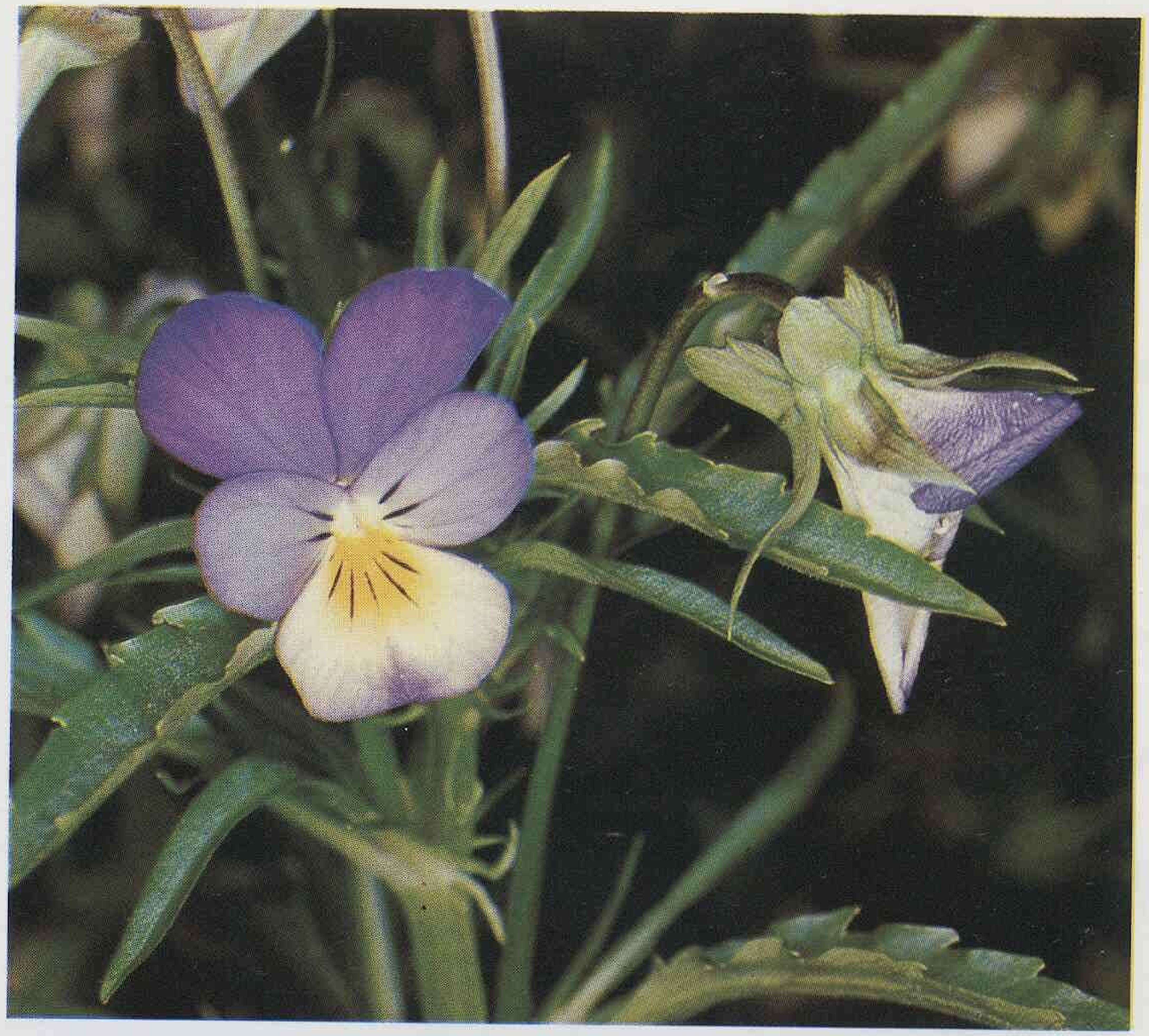




331 TRINITARIA

(Cat.: *pensament de camp;* eusk.: *papantzea*)
Viola tricolor

Familia Violáceas.
Descripción Planta herbácea provista de raíz rizomatosa y radículas delgadas. El tallo puede ser simple o ligeramente ramificado, primero adherido al suelo y después erecto. Las hojas más bajas son ovales y pecioladas; las medianas, ovadolanceoladas y las superiores elípticas, lanceoladas, sésiles. En la base del pecíolo se disponen dos estípulas. Las flores son únicas, situadas en la extremidad de un largo pecíolo que parte de la axila de las hojas superiores. El cáliz es pentasépalo, puntiagudo. La corola, pentapétala, de color azul violeta y amarilla con los pétalos superpuestos dos a dos. El pétalo inferior dispone de un espolón. El fruto es una cápsula ovaloide que contiene numerosas semillas, de color oscuro. Es frecuente tanto espontánea como cultivada, desde el mar hasta la montaña. Puede alcanzar como máximo medio metro. Se recolecta de abril a agosto.
Partes utilizadas La planta entera.
Compuestos químicos Violaquercitrina, salicilato de metilo, saponina, tanino, azúcar, albúmina, colorante, resina.
Propiedades Depurativa, diaforética, laxante, emoliente, antirreumática.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido, tintura, jarabe.
Nota Los baños realizados con una decocción concentrada de las hojas proporcionan buenos resultados en las enfermedades reumáticas. La raíz es emética.

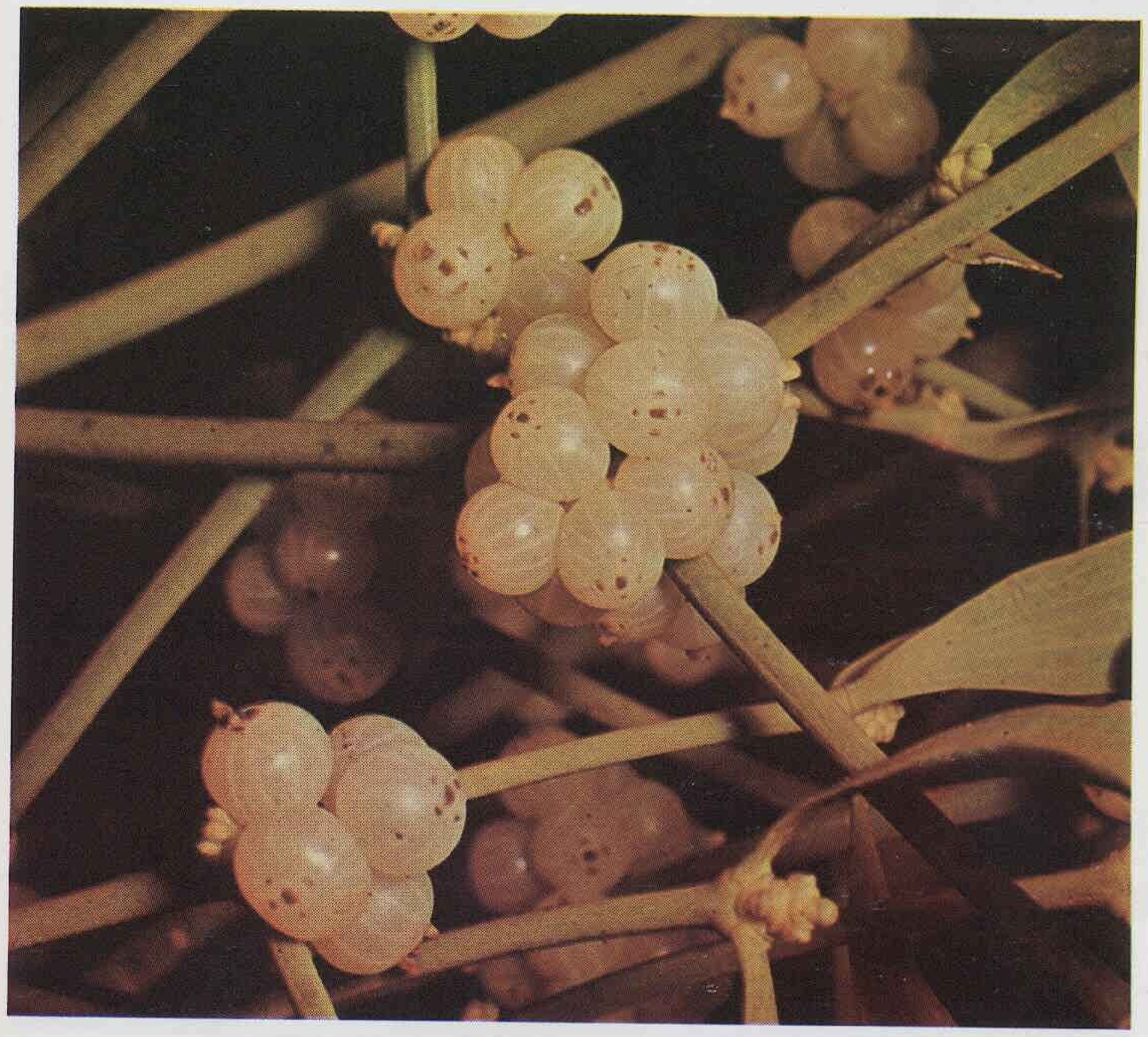


---

332 MUÉRDAGO

(Cat.: *vesc;* eusk.: *migura*)
Viscum album

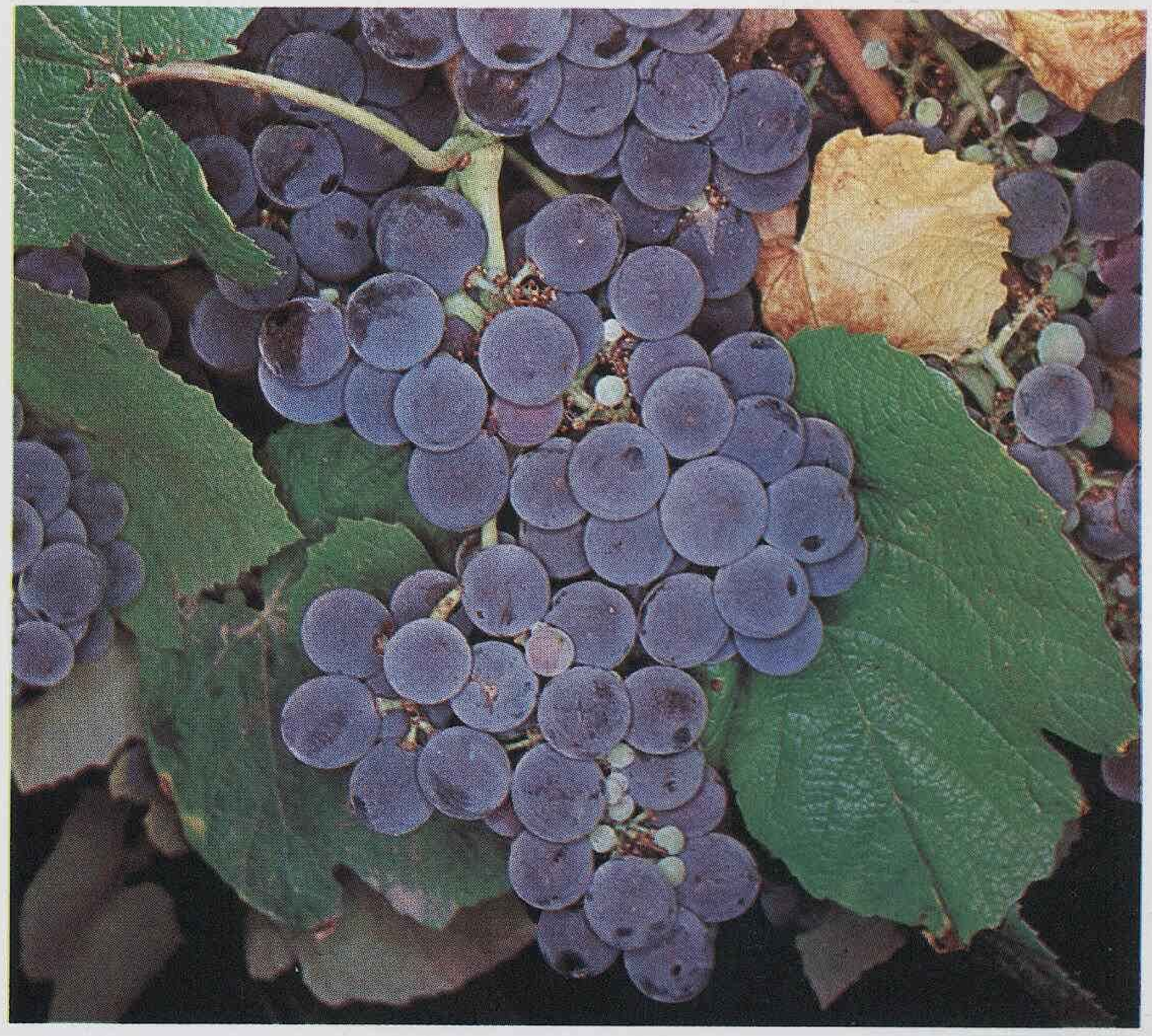
Familia Lorantáceas.
Descripción Arbusto parásito de otras especies de plantas a través de haustorios. Los tallos son dicotómicos, glabros, verde amarillentos. Hojas opuestas, oblongas, paralelinervias, coriáceas, persistentes. Las flores se disponen en glomérulos axilares. Los estaminíferos, con perianto tetralobado, carecen de corola. Los pistilíferos tienen perianto tetrasépalo. El fruto es una baya blanquecina con pulpa viscosa que contiene una única semilla. Común sobre encinas, chopos, castaños, olmos y abedules. Algunas ramificaciones pueden medir más de 60 cm. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Las hojas con las ramitas.
Compuestos químicos Colina, viscalbina, viscoflavina, acetilcolina, viscotoxina, inositol, manitol, saponina, ácidos, sales, vitamina C, resina.
Propiedades Hipotensiva, vasodilatadora, antiepiléptica, diurética.
Modo de empleo Infusión, tintura, jarabe, extracto fluido, enolito, extracto acuoso.
Nota Planta muy conocida, símbolo de buen augurio y de vitalidad. A partir de las bayas, mediante maceración y fermentación, se obtiene la liga de los pajareros. Las hojas mezcladas con el heno incrementan la producción del ganado vacuno. Externamente, la decocción de las ramitas es eficaz contra los sabañones. Puede provocar intolerancia.



333 VID

(Cat.: *vinya;* eusk.: *mats*)
Vitis vinifera

Familia Vitáceas.
Descripción Arbusto con tallo erecto, más o menos retorcido, con la corteza de color pardo, que se libera a estrías. Las ramas poseen abundantes zarcillos que les permiten agarrarse al sostén. Las hojas son alternas, opuestas, palmeadas, con un robusto pecíolo, tripentalobadas, con la superficie glabra. Las flores se dispone en mazorca, con el cáliz pentalobado y corola pentapétala de color verde claro. El fruto es una baya que puede adoptar diversas formas y colores, de pulpa jugosa en las que se encuentran incluidas las semillas, periformes. Común en estado espontáneo, muy abundantes las variedades cultivadas. Se recolecta en otoño.
Partes utilizadas Las hojas.
Compuestos químicos Tanino, quercetina, quercitina, tartratos, azúcares, inositol, ácidos, colina, carotenos.
Propiedades Astringente, antiinflamatoria.
Modo de empleo Decocción, liparolito.
Nota Los frutos son muy conocidos y apreciados desde la antigüedad, como alimento y para la preparación de vino y alcohol. De la fractura de las ramas se desprende un líquido, eficaz como colirio y diurético. La decocción de los zarcillos proporciona una bebida adecuada para luchar contra las diarreas. Las semillas contienen aceite comestible semejante al de girasol. Tostadas, se usan como sucedáneo del café. A partir de la goma de las botas y de la vinaza se botiene el crémor tártaro, de acción laxante, muy indicado en los estreñimientos, en los casos en que no sean aplicables otros purgantes. En organismos débiles, es aconsejable la ampeloterapia, consistente en consumir uva durante cierto tiempo y en gran cantidad.

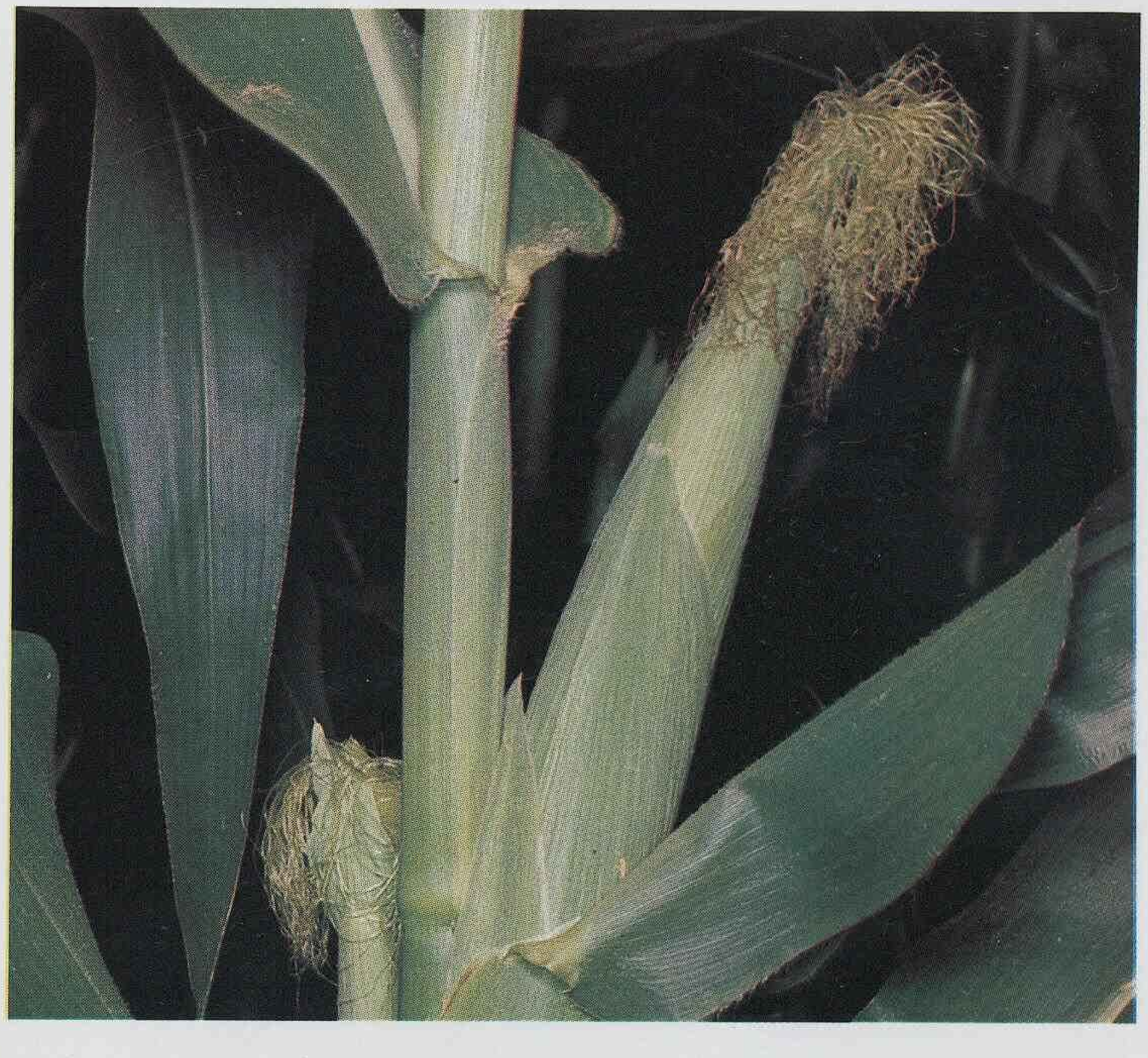


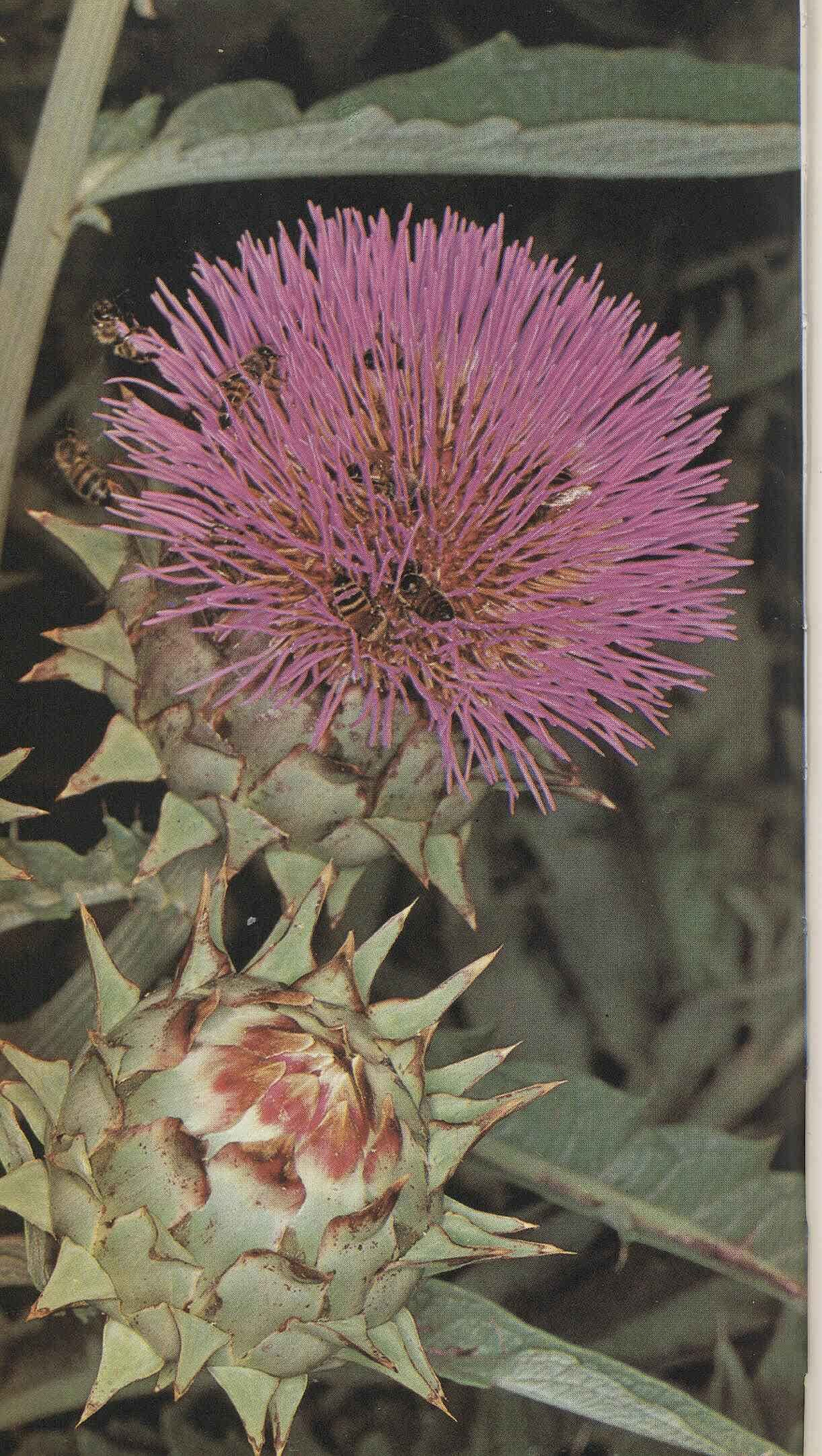
---

334 MAÍZ

(Cat.: *blat de moro;* eusk.: *arto*)
Zea mays

Familia Gramíneas.
Descripción Planta anual, con numerosas raíces fasciculadas. El culmo es erecto y dispone de una serie de nudos de los que arrancan las hojas, que son lanceoladas, paralelinervias, acuminadas, alternas, con pequeñas lígulas. Las flores masculinas y femeninas se disponen sobre la misma planta: las primeras se reúnen en una mazorca apical, mientras que las segundas se agrupan en espiga, con el eje engrosado y rodeado por brácteas. Las cariópsides son prismáticas con una cara redondeada, de color anaranjado. La planta alcanza los 3 m de altura. Procede de América, y espontánea sólo crece junto a los campos de cultivo, de los que han escapado algunas semillas. Común en numerosos países de Europa y América. Se recolecta en setiembre.
Partes utilizadas Estilos y estigmas de las inflorescencias femeninas, denominados barbas.
Compuestos químicos Aceite, resina, tanino, ácidos láurico, palmítico, oleico, esteárico, potasio, sodio, fósforo, azufre, ácido salicílico.
Propiedades Diurética, litóntrica.
Modo de empleo Infusión, extracto fluido.
Nota Se ha intentado obtener el azúcar contenido en los culmos. Las cariópsides tostadas se emplean como sucedáneo del café. Los tallos se aprovechan para la obtención de celulosa y furfurol mediante destilación. Las brácteas se emplean para confeccionar sombreros y alfombras. Los culmos jóvenes pueden comerse. El abuso en el consumo de la harina de maíz puede conducir a la aparición de la enfermedad denominada pelagra.





GLOSARIO

Este glosario contiene los términos botánicos y farmacéuticos relacionados con la herboristería y la fitoterapia, entendidas como método de curación mediante plantas medicinales. Las voces que figuran en él son las de uso más común en la introducción y en las fichas del texto.

acaule sin tallo.
aceite esencial producto de destilación de plantas con esencia.
acicular hoja de forma cilíndrica, delgada.
acodo método de reproducción vegetativa de las plantas.
acorazonada en forma de corazón.
aculeado provisto de acúleos.
acuminado terminado en punta.
agalla dureza provocada por la picadura de algunos insectos sobre las plantas.
agua destilada producto secundario de la destilación de las drogas con esencia.
alambique aparato para la destilación.
albumen sustancia nutritiva del embrión.
alburno parte más externa y clara de la madera.
alcolato producto obtenido por destilación alcohólica de las drogas.
alcilito producto obtenido por maceración alcohólica de las drogas.
amento espiga con eje delgado y flores unisexuales.
amplexicaule que abraza el tallo.
analgésico idóneo para mitigar el dolor.
androceo aparato masculino floral, constituido por los estambres.
anestésico idóneo para eliminar la sensibilidad.
anodino analgésico.
anorexia falta de apetito.
antera parte del estambre que contiene el polen.
antiafónico preparado contra la afonía o pérdida de voz.
antidermatosis adecuado para combatir las enfermedades de la piel.
antidiarreico preparado contra las descargas intestinales.
antiflogístico medicina con acción calmante contra las inflamaciones.
antihelmíntico idóneo para obtener la expulsión de las lombrices intestinales.
antileucorreico preparación contra las pérdidas blancas.
antipirético febrífugo.
antiséptico preparado para evitar las putrefacciones.
antispasmódico remedio contra los espasmos musculares.
antiuricémico remedio contra la urifemia.
antófilo pequeña hoja, parte esencial de la flor.
aperitivo preparado que favorece el apetito.

apiculado terminado en punta.
aquenio fruto con abertura no espontánea y en cuyo interior las semillas no se sueldan al pericarpio.
arbusto planta leñosa de dimensiones modestas.
arilo invólucro accesorio que rodea las semillas de algunas plantas.
aristado órgano vegetal con arista.
aromoterapia método de curación mediante aceites esenciales.
aséptico inmune a la putrefacción.
aserrada hoja con el borde provisto de dientes parecidos a los de una sierra.
astada hoja en forma de lanza.
astringente medicina adecuada para bloquear una secreción.
axonomorfa raíz principal muy desarrollada en relación a las secundarias.

balsámico medicamento calmante de las inflamaciones de la mucosa.
baya fruto con el endocarpo y mesocarpo carnoso y con varias semillas (tomate).
béquico tosífugo.
bilabiado que posee dos labios.
bráctea pequeña hoja persistente que se halla en las inflorescencias y en las flores.
bulbo tallo subterráneo formado por varias capas.

cabezuela inflorescencia con flores sésiles agrupadas.
cálamo caule de una planta con los nudos poco distanciados.
cáliz parte verde de la flor, formada por hojas denominadas sépalos.
cápsula fruto mono o plurilocular, con diversos procedimientos de apertura y diseminación.
cardiocinético medicamento que refuerza el corazón.
cardiotónico preparado tónico para el corazón.
cariópside fruto con el pericarpio soldado a las semillas.
carminativo remedio adecuado paea la expulsión de los gases intestinales.
carpelo una de las hojas que componen el gineceo. Produce los óvulos.
cataplasma aplicación de hojas aplastadas y comprimidas.
catártico medicamento con acción evacuadora no violenta.
caule tallo, órgano portador de la planta.

caulinar inserto en el tallo.
cáustico preparación corrosiva.
cespitoso planta con ramas que parten todas de la raíz.
cicatrizante medicamento adecuado para curar las heridas, vulnerario.
citostático medicamento que frena el desarrollo de los procesos tumorales.
cladodio modificación del tallo que adopta un aspecto semejante a una hoja.
colagogo medicamento que favorece la emisión de bilis.
colerético remedio estimulante de la producción biliar.
colirio remedio para las afecciones oculares.
colutorio medicamento utilizado en enjuagues o gargarismos, con aplicación en la cavidad oral o en la faringe.
compuesta hoja formada por varios folíolos.
concentración porcentaje de producto final obtenido por transformación de los productos.
connato se dice de las hojas unidas por la base.
cono inflorescencia formada por brácteas, de forma cilíndrico-cónica, típica de las coníferas.
coricida producto capaz de eliminar las callosidades.
corimbo inflorescencia en forma de racimo con todas las flores a la misma altura, aunque los pedúnculos florales sean de distinta longitud.
corola parte de la flor formada por los pétalos.
corteza revestimiento externo de los tallos y ramas.
cotiledón hojas de las semillas que rodean los esbozos de una nueva planta.
crenada hoja con entradas obtusas poco profundas.
culmo tallo fistuloso y coriáceo.

deciduo que cae.
decocción preparación galénica simple obtenida por ebullición de la droga.
decurrente órgano que se prolonga sobre el eje principal, por debajo de su inserción.
decusada se dice de las hojas que se disponen desplazadas 90° con relación a las precedentes o posteriores.
dehiscente fruto que deja caer espontáneamente las semillas al llegar a la madurez.
densidad relación entre la masa de un cuerpo y la masa de agua que ocupa igual volumen a 4 °C.
dentada hoja con los márgenes de dientes agudos.

denticulada hoja con los márgenes formados por dentículos.
depurativo remedio para eliminar las toxinas.
descongestionante medicamento destinado a modificar un estado de congestión.
diaforético medicina que facilita la sudoración.
digitiforme hojas compuestas cuyos folíolos se disponen a modo de los dedos de una mano.
dinamización procedimiento usado en las preparaciones medicinales homeopáticas.
dioica dícese de las especies de plantas con sexos separados.
dístico disposición de los órganos en series opuestas.
drástico preparado para evacuaciones violentas.
drupa fruto con mesocarpo carnoso y hueso.

electuario preparaciones galénicas a base de pulpas.
elipsoidal en forma de elipse.
elixir alcolito con soluciones azucaradas.
amenagogo remedio que favorece las menstruaciones.
emético medicina que favorece el vómito.
emoliente preparación que tiene la finalidad de ablandar los tejidos.
endocarpo parte interna de las paredes del fruto, que puede ser membranosa o leñosa.
ensiforme en forma de espada.
enolito medicina con base vinosa.
epicarpio parte externa del pericarpio.
epispástico preparado que produce ampollas.
escapo tallo floral en plantas con las hojas dispuestas en roseta.
espádice inflorescencia con un solo eje rodeada por una bráctea denominada espata.
espatulada hoja en forma de espátula.
espina modificación de la extremidad de la epidermis.
esqueje método de reproducción vegetativa.
estambre órgano masculino de la flor, formado por filamento y antera.
estela tallo de las plantas herbáceas.
estigma parte terminal del gineceo.
estilo túbulo dispuesto entre el ovario y el estigma.
estíptico astringente.
estípula apéndice foliar dispuesto en la base de muchas hojas.
estolón ramificación rastrera que emite raíces adventicias.
estomacal preparado beneficioso para el estómago.

estomático medicina para las enfermedades de la cavidad oral.
eterolito medicina a base de éter.
eupéptico digestivo.
expectorante remedio que facilita la secreción bronquial.
extracto producto de transformación de los simples. Puede ser seco, blando o fluido.

fascicular en forma de haz.
febrífugo preparación que disminuye los accesos febriles.
filotaxis representación de la inserción foliar en el tallo.
fistuloso tallo hueco y cilíndrico.
fitoterapia terapia mediante plantas medicinales o elaboraciones de las mismas.
frútice arbusto.
fumigación método de suministro de medicinas mediante inspiración de vapores.

galactófugo medicina que disminuye la producción de leche.
galactogogo medicina que aumenta la producción de leche.
gineceo parte femenina de la flor formada por los carpelos.
glabro órgano desprovisto de pelos.
glande aquenio cubierto por una cúpula.
glomérulo grupo de flores compacto.
gluma bráctea dispuesta en la base de las espigas de las gramíneas.

haustorio órgano propio de las plantas parásitas, que penetra y absorbe las sustancias vitales de la planta hospedante.
hemolítico remedio que separa la hemoglobina, mediante disolución de los glóbulos rojos.
hemostático medicina que detiene las hemorragias.
herboristería materia relativa al estudio de las plantas medicinales.
hesperidio baya con endocarpo dividido en gajos.
hipoglucemizante medicina que provoca una disminución de la glucemia.
hipnótico remedio que favorece el sueño.
hipotensivo medicamento que provoca una disminución de la presión arterial.
homeopatía terapia basada en el concepto de semejanza entre la enfermedad y el medicamento.

denticulada hoja con los márgenes formados por dentículos.
depurativo remedio para eliminar las toxinas.
descongestionante medicamento destinado a modificar un estado de congestión.
diaforético medicina que facilita la sudoración.
digitiforme hojas compuestas cuyos folíolos se disponen a modo de los dedos de una mano.
dinamización procedimiento usado en las preparaciones medicinales homeopáticas.
dioica dícese de las especies de plantas con sexos separados.
dístico disposición de los órganos en series opuestas.
drástico preparado para evacuaciones violentas.
drupa fruto con mesocarpo carnoso y hueso.

electuario preparaciones galénicas a base de pulpas.
elipsoidal en forma de elipse.
elixir alcolito con soluciones azucaradas.
amenagogo remedio que favorece las menstruaciones.
emético medicina que favorece el vómito.
emoliente preparación que tiene la finalidad de ablandar los tejidos.
endocarpo parte interna de las paredes del fruto, que puede ser membranosa o leñosa.
ensiforme en forma de espada.
enolito medicina con base vinosa.
epicarpio parte externa del pericarpio.
epispástico preparado que produce ampollas.
escapo tallo floral en plantas con las hojas dispuestas en roseta.
espádice inflorescencia con un solo eje rodeada por una bráctea denominada espata.
espatulada hoja en forma de espátula.
espina modificación de la extremidad de la epidermis.
esqueje método de reproducción vegetativa.
estambre órgano masculino de la flor, formado por filamento y antera.
estela tallo de las plantas herbáceas.
estigma parte terminal del gineceo.
estilo túbulo dispuesto entre el ovario y el estigma.
estíptico astringente.
estípula apéndice foliar dispuesto en la base de muchas hojas.
estolón ramificación rastrera que emite raíces adventicias.
estomacal preparado beneficioso para el estómago.

estomático medicina para las enfermedades de la cavidad oral.
eterolito medicina a base de éter.
eupéptico digestivo.
expectorante remedio que facilita la secreción bronquial.
extracto producto de transformación de los simples. Puede ser seco, blando o fluido.

fascicular en forma de haz.
febrífugo preparación que disminuye los accesos febriles.
filotaxis representación de la inserción foliar en el tallo.
fistuloso tallo hueco y cilíndrico.
fitoterapia terapia mediante plantas medicinales o elaboraciones de las mismas.
frútice arbusto.
fumigación método de suministro de medicinas mediante inspiración de vapores.

galactófugo medicina que disminuye la producción de leche.
galactogogo medicina que aumenta la producción de leche.
gineceo parte femenina de la flor formada por los carpelos.
glabro órgano desprovisto de pelos.
glande aquenio cubierto por una cúpula.
glomérulo grupo de flores compacto.
gluma bráctea dispuesta en la base de las espigas de las gramíneas.

haustorio órgano propio de las plantas parásitas, que penetra y absorbe las sustancias vitales de la planta hospedante.
hemolítico remedio que separa la hemoglobina, mediante disolución de los glóbulos rojos.
hemostático medicina que detiene las hemorragias.
herboristería materia relativa al estudio de las plantas medicinales.
hesperidio baya con endocarpo dividido en gajos.
hipoglucemizante medicina que provoca una disminución de la glucemia.
hipnótico remedio que favorece el sueño.
hipotensivo medicamento que provoca una disminución de la presión arterial.
homeopatía terapia basada en el concepto de semejanza entre la enfermedad y el medicamento.

imbricado dispuesto a modo de tejas de un tejado.
indehiscente fruto que no deja caer espontáneamente las semillas al llegar la maduración.
inflorescencia conjunto de flores dispuestas sobre un mismo eje.
infusión preparación galénica simple.
imparipinnada hoja compuesta con folíolo apical.

lacerada hoja con el margen muy hundido e irregular.
lacinia incisiones profundas y estrechas.
laciniada hoja con el margen en lacinias.
lámina limbo de la hoja.
lanceolada hoja estrecha y aguda, en lanza.
lavanda preparado para realizar irrigaciones.
laxante preparado con débil acción evacuante.
legumbre fruto que en la madurez se abre en dos valvas.
lenitivo preparado con débil acción analgésica.
lígula protuberancia dispuesta entre el pecíolo y la lámina en algunas plantas.
linimento preparado galénico para fricciones.
liparolito preparado que tiene como base un excipiente graso.
lirada hoja con el lóbulo terminal mayor que los restantes.
litóntrico preparado para la eliminación de pequeños cálculos.
lobada hoja dividida en lóbulos.

maceración preparación galénica simple.
matraz recipiente de cristal, de forma esférica en la base y provisto de un largo cuello.
mazorca inflorescencia de forma piramidal.
metrorragia hemorragia uterina.
midriático preparado que dilata la pupila.
mucronada hoja terminada en una pequeña punta.
multífida hoja dividida hasta más de la mitad de su longitud.

narcótico medicamento que produce sopor.
nerviación disposición de los nervios en las hojas.
nervino preparado con acción excitante.

obovada hoja en forma oval con la parte más estrecha en la base.
oftálmico adecuado para las enfermedades oculares.

oleolito medicina a base de aceite.
orbicular hoja de forma circular.
ovario parte baja del pistilo, que contiene dos óvulos.
oxitócico fármaco relacionado con el aparato genital.

página superficie de una hoja.
palmada hoja cuyos lóbulos recuerdan la forma de la palma de la mano.
palmatífida hoja palmada con incisiones hasta la mitad de la página.
palmatipartida hoja palmada con lóbulos superiores a la mitad del limbo.
palmatisecta hoja palmada con divisiones profundas que forman una serie de segmentos unidos por la base.
palmatolobada hoja palmada con lóbulos profundos.
paregórico remedio calmante.
parénquima tejido con células muy juntas.
partida hoja con hendiduras que alcanza casi la nerviación central.
pecíolo sostén de la hoja.
pectoral remedio para las enfermedades del aparato respiratorio.
pedúnculo sostén de la flor.
peltada hoja casi circular con pecíolo central.
perfoliada hoja que rodea al tallo.
pericarpio capa externa del fruto que procede de las paredes del ovario después de la fecundación de los óvulos.
perigonio unión del cáliz y de la corola.
pilorriza parte apical de la raíz.
pinnata hoja compuesta, con folíolos a ambos lados del eje.
pinnatífida hoja con divisiones que alcanza aproximadamente la mitad entre el borde y la nerviación central.
pinnatopartida hoja con divisiones que alcanzan casi la nerviación central.
pinnatosecta hoja con incisiones que alcanzan la nerviación central.
pistilo parte femenina de la flor.
polvos preparación galénica obtenida mediante trituración fina de las drogas.
propágulo método de reproducción vegetativo.
pubescente cubierto de pelos muy cortos.

quilla parte de la flor de las leguminosas.

racimo inflorescencia sobre un solo eje.
raíz parte de la planta que se desarrolla en el suelo.
redoma florentina vaso de recolección del destilado, provisto de una embocadura lateral.
refrigerante parte del alambique en el que se condensan los vapores.
resolvente preparado para resolver los estados inflamatorios.
retinervia hoja con nerviación reticulada.
revulsivo preparado procedente de la materia enferma.
rizoma tallo subterráneo que actúa como órgano de reserva.
rubefaciente medicamento que provoca aporte sanguíneo en el punto de aplicación.

sámara aquenio con pericarpio ensanchado en ala.
sarmiento tallo largo y delgado con hojas en los nudos.
semilla órgano reproductor de la planta.
sépalo hoja del cáliz.
septo corte en la página foliar que alcanza la nerviación mediana o la base.
sésil que carece de pecíolo o de pedúnculo.
siconio falso fruto carnoso que contiene aquenios.
silicua fruto que se abre en la madurez, poniendo de manifiesto un diafragma con semillas.
simple definición de planta medicinal.
simplista conocedor de las plantas medicinales.
sinérgico se dice de la acción de determinadas sustancias en relación a la de otras.
soro conjunto de esporangios que contienen las células reproductoras, dispuestos en los frondes de los helechos.
subfrútice planta pequeña con ramificaciones leñosas y herbáceas hacia el ápice.

tenífugo preparado eficaz contra la tenia.
tintura alcolito.
tomentoso provisto de pelos algodonosos.
tónico preparado que exalta el tono.
tópico remedio de aplicación externa.
trígono con tres aristas.
tripinnatosecta hoja bipinnatosecta con subdivisiones ulteriores a las divisiones de segundo orden.
tubérculo tallo subterráneo engrosado que contiene sustancias nutritivas de reserva.

tusión yema subterránea carnosa.
tusífugo medicina adecuada paea eliminar los excesos de tos.

umbela inflorescencia con flores de misma altura, y base de los pedúnculos insertos al mismo nivel.

vaina fruto de las leguminosas.
verticilo conjunto de hojas o flores insertas en un mismo punto del tallo.
vilano ramillete de pelos presente en algunas semillas para facilitar la diseminación anemófila.
vitaminizante preparado para las avitaminosis.
vulneraria preparado para curar las heridas.

yema brote en estado latente.

ÍNDICE ANALÍTICO

Los números indican las respectivas fichas del texto en las que se describen las distintas especies.

abedul, 55
abeto blanco, 1
abeto rojo, 2
Abies alba, 1
abrótano, 41
abrótano hembra, 278
acacia, 261
Acanthus mollis, 3
acanto, 3
acebo, 159
acedera, 268
acederilla, 217
Acer campestre, 4
achicoria, 86
Achillea millefolium, 5
aciano, 76
aconito, 6
Aconitum napellus, 6
ácoro bastardo, 162
Acorus calamus, 7
adelfa, 205
Adiantum capillus-veneris, 8
adonis vernal, 9
Adonis vernalis, 9
adormidera, 220
Aesculus hippocastanum, 10
agracejo, 54
agrimonia, 11
Agrimonia eupatoria, 11
Agropyrum repens, 12
aguileña, 34
Ailanthus altissima, 13
ailanto, 13
ajedrea de jardín, 280
ajenjo, 42, 43
ajo común, 18
ajo de oso, 19
Ajuga reptans, 14
alazor, 70
albahaca, 207
alcachofera, 107
alcaparra, 65
alcaravea, 71
Alchemilla vulgaris, 15
alerce europeo, 169
algarrobo, 78
algodonero, 146
alhelí amarillo, 81
alheña, 174
alholva, 313
aliaria, 16
aliso, 20
Alliaria officinalis, 16
Allium cepa, 17
— *sativum*, 18
— *ursinum*, 19
almendro, 23
almez, 74
Alnus glutinosa, 20
aloe, 21
Aloe ferox, 21
alquequenje, 228
Althaea officinalis, 22
altramuz, 183
amapola, 219
amor de hortelano, 138
Anagallis arvensis, 24
Anchusa azurea, 25
Anemone hepatica, 26
— *nemorosa*, 27
*A*jenjo silvestre, 28
*A*jenjo *sylvestris*, 28
Antennaria dioica, 29
Anthemis nobilis, 30
Anthyllis vulneraria, 31
Antirrhinum majus, 32
apio, 33
Apium graveolens, 33
aquilea, 5
Aquilegia vulgaris, 34
Arachis hypogea, 35
arándano, 321
arándono rojo, 322
Arbutus unedo, 36
arce menor, 4
Arctium lapa, 37
Arctostaphylos uva-ursi, 38
argentina, 246
Aristolochia rotunda, 39
árnica, 40
Arnica montana, 40
arrayán, 202
arroz, 215
artemisa, 44
Artemisia abrotanum, 41
— *absinthium*, 42
— *glacialis*, 43
— *vulgaris*, 44
Arundo donax, 45
asa fétida, 131
ásaro, 46
Asarum europaeum, 46
asfodelo, 48
Asparagus officinalis, 47
Asphodelus ramosus, 48
Asplenium ruta-murarua, 49
astrancia, 50
Astrantia major, 50
Atropa belladona, 51
avellano, 98
avena, 52
Avena sativa, 52
azafrán, 101
azucena, 175

barba cabruna, 311
beleño negro, 156
belladona, 51
Bellis perennis, 53
Berberis vulgaris, 54
berenjena, 289
berro, 203
betónica, 297
Betula alba, 55
Bignonia catalpa, 56
bistorta, 24
boca de dragón, 32
boj, 60
Borrago officinalis, 57
borraja, 57
branca ursina falsa, 151
brecina, 62
Brunella vulgaris, 58
Bryonia dioica, 59
bugula, 14
Buxus sempervirens, 60

cacahuete, 35
cacao, 306
calabaza, 104
cálamo aromático, 7
calderones, 314
Calendula officinalis, 61
Caltha palustris, 63
Calluna vulgaris, 62
camedrio, 305
Cannabis sativa, 64
caña común, 45
cáñamo, 64
Capparis spinosa, 65
Capsella bursa-pastoris, 66
Capsicum annuum, 67
capuchina, 315
cardencha, 116
cardo, 91
cardo corredor, 124
Carlina, 68
Carlina acaulis, 68

Carpinus betulus, 69
Carthamus tinctorius, 70
carvallo, 256
Carum carvi, 71
Castanea sativa, 72
castaño, 72
castaño de Indias, 10
catalpa, 56
Catharanthus roseus, 73
cebada, 154
cebolla, 17
celidonia, 82
Celtis australis, 74
centáurea, 77
Centaurea centaurium, 75
— *cyanus*, 76
— *jacea*, 77
centáurea mayor, 75
centinodia, 242
Ceratonia siliqua, 78

cerezo, 250
Ceterach officinarum, 79
Cetraria islandica, 80
Cheiranthus cheiri, 81
Chelidonium majus, 82
Chenopodium bonus-henricus, 83
Chrysanthemum leucanthemum, 84
— *parthenium,* 85
cicuta, 93
cimbalaria, 176
Cimicifuga racemosa, 87
Cinchorium intybus, 86
cincoenrama, 247
cinoglosa, 108
ciprés, 105
ciruelo, 251
Citrus limonum, 88
— *aurantium,* 89
clemátide, 90
Clematis vitalba, 90
clematítide, 39
Cnicus, 91
cohombrillo amargo, 119
Colchicum autumnale, 92
cólquico, 92
Conium maculatum, 93
consuelda menor, 58
convalaria, 94
Convallaria majalis, 94
Convolvulus arvensis, 95
cornejo, 97
cornejo macho, 96
Cornus mas, 96
— *sanguinea,* 97
correhuela, 95
Corylus avellana, 98
Crataegus oxyacantha, 99
Crithmum maritimum, 100
Crocus sativus, 101
Cucumis citrallus, 102
— *sativus,* 103
Cucurbita maxima, 104
cuernecillo, 182
cuesco de lobo, 184
culantrillo, 8
Cupressus sempervirens, 105
Cuscuta epithymum, 106
Cynara scolymus, 107
Cynoglossum officinale, 108
Cytisus alpinus, 109

Daphne mezereum, 110
Datura stramonium, 111
Daucus carota, 112
Dictamnus albus, 113
díctamo blanco, 113
diente de león, 303
digital amarillo, 114
Digitalis lutea, 114
Diospyros kaki, 115
Dipsacus fullonum, 116
doradilla, 79
drosera, 117
Drosera rotundifolia, 117
Dryopteris filix-max, 118
dulcamara, 288

Ecballium elaterium, 119
Echium vulgare, 120
endrino, 253
enebro común, 164
Epilobium angustifolium, 121
epítimo, 106
equiseto menor, 122
Equisetum arvense, 122
erigeron, 123
Erigeron canadensis, 123
erísimo, 286
Eryngium campestre, 124
escabiosa, 281
esparraguera, 47
espino albar, 99
— falso, 153
espliego, 171
eucalipto, 125
Eucalyptus globulus, 125
eufrasia, 129
Eugenia caryophyllata, 126
eupatorio, 127
Eupatorium cannabium, 127
Euphorbia lathyris, 128
— *officinalis,* 129

Fagus sylvatica, 130
fárfara, 316
Ferusa asa-foetida, 131
Ficus carica, 132
Foeniculum vulgare, 133
Fragaria vesca, 134
frambueso, 267
Fraxinus excelsior, 135
fresa, 134
fresno, 135
Fucus vesiculosus, 136

gabuya, 38
galega, 137
Galega officinalis, 127
galio, 139
Galium aparine, 138
— *verum,* 139
gatuña, 210
genciana, 141
— de Koch, 140
Gentiana kochiana, 140
— *lutea,* 141
Geranium robertianum, 142
girasol, 150
Glechoma hederacea, 143
globularia mayor, 144
Globularia vulgaris, 144
Glycyrrhiza glabra, 145
gordolobo, 326
Gossypium herbaceum, 146
grama de las boticas, 12
granado, 255
grasilla, 231
Grindelia robusta, 147
grosellero, 260
guisante, 236
haba, 328
Hamamelis virginiana, 148
haya, 130
Hedera helix, 149
helecho macho, 118
— real, 216
helenio, 160
Helianthus annuus, 150
Heracleum sphondylium, 151
Hieracium pilosella, 152
hierba del asno, 208
— cana, 285
— carmín, 229
— centella, 63
— hepática, 26
— mora, 290
— erodium, 142
— terrestre, 143
hiedra, 149
higuera, 132
hinojo, 133
— marino, 100
hipérico, 157
Hippophae rhamnoides, 153
hisopo, 158
Hordeum sativum, 154
Humulus lupulus, 155
Hyoscyamus niger, 156
Hypericum perforatum, 157
Hysopus officinalis, 158

Ilex aquifolium, 159
imperatoria, 226
Inula helenium, 160
Iris germanica, 161
— *pseudoacorus,* 162

jabonera, 279
judía, 227
Juglans regia, 163

Lactuca sativa, 166

— *virosa,* 167
Lamium album, 168
— *purpureum,* 190
lampazo mayor, 37
Larix decidua, 169
laurel, 170
— laurel epibolio, 121
lauroceraso, 252
Laurus nobilis, 170
Lavandula officinalis, 171
lechuga, 166
— silvestre, 167
lengua de buey, 25
— de cuervo, 282
lentibularia, 320
lentisco, 235
Lentopodium alpinum, 172
leontopodio, 172
levístico, 173
Levisticum officinale, 173
licopodio, 186
Ligustrum vulgare, 174
Lilium candidum, 175
limonero, 88
Linaria cymbalaria, 176
— *vulgaris,* 177
lino, 178
Linum usitatissimum, 178
Lippia triphylla, 179
líquen de Islandia, 80
lirio, 161
llantén mayor, 237
— mediano, 238
Lobelia inflata, 180
Lonicera caprifolium, 181
Lotus corniculatus, 182
luisa, 179
Lupinus albus, 183
lúpulo, 155
Lycoperdon bovista, 184
Lycopersicum esculentum, 185
Lycopodium clavatum, 186
Lythrum salicaria, 187

madreselva común, 181
madroño, 36
maíz, 334
Malus communis, 188
malva, 189
Malva sylvestris, 189
malvavisco, 22
manzanilla, 191
— romana, 30
manzano, 188
maravilla, 61
margarita mayor, 84
matacaballos, 180
matricaria, 85
Matricaria chamomilla, 191
mecereo, 110
mejorana, 212
meliloto, 192
Melilotus officinalis, 192
Melissa officinalis, 193
Menta piperita, 195
Menyanthes trifoliata, 194
Mentha piperita, 195
Mespilus germanica, 196
— *japonica,* 197
milenrama, 5
motal, 199
morera, 198
Morus alba, 198
— *nigra,* 199
muérdago, 332
murajes, 24
Muscari comosum, 200
Myosotis alpestris, 201
Myrtus communis, 202

naranjo amargo, 89
Nasturtium officinale, 203
nébeda, 204
nemorosa, 27
nenúfar blanco, 206
Nepeta cataria, 204
Nerium oleander, 205
nogal, 163
nopal, 211

nueza, 59
— negra, 301
Nymphaea alba, 206

Ocimum basilicum, 207
Oecothera biennis, 208
Olea europaea, 209
olivo, 209
olmo, 317
ombligo de Venus, 318
Ononis spinosa, 210
Opuntia ficus-indica, 211
orégano, 213
Origanum majorana, 212
— *vulgare,* 213
Orobanche sativa, 214
ortiga menor, 319
— muerta, 168
Oryza sativa, 215
Osmunda regalis, 216
Oxalis acetosella, 217

Paeonia officinalis, 218
palosanto, 115
pampajarito, 283
pan y queso, 66
Papaver rhoeas, 219
— *somniferum,* 220
parietaria, 221
Parietaria officinalis, 221
parnasia, 222
Parnassia palustris, 222
Passiflora incarnata, 223
patata, 291
peonía, 218
pepino, 103
perejil, 225
Petasites albus, 224
Petroselinum hortense, 225
Peucedanum ostruthum, 226
Phaseolus vulgaris, 227
Physalis alkekengi, 228
Phytolacca decandra, 229
picagallina, 298
Picea excelsa, 2
pie de gato, 29
— de león, 15
pimiento, 67
pimpinela blanca, 230
— mayor, 276
Pimpinella saxifraga, 230
Pinguicula vulgaris, 231
pino albar, 233
Pinus mughus, 232
— *sylvestris,* 233
Piper nigrum, 234
Pistacia lentiscus, 235
Pisum sativum, 236
planta de la pimienta, 234
Plantago major, 237
— *media,* 238
— *psyllium,* 239
Platanus orientalis, 240
poligonato, 241
polipodio, 244
Polygonatum officinale, 241
Polygonum aviculare, 242
— *bistorta,* 243
Polypodium vulgare, 244
Portulaca oleracea, 245
Potentilla anserina, 246
— *reptans,* 247
— *toementilla,* 248
primavera, 249
Primula officinalis, 249
Prunus amygdalus, 23
— *avium,* 250
— *domestica,* 251
— *laurocerasus,* 252
— *spinosa,* 253
pulmonaria manchada, 254
Pulmonaria officinalis, 254
Punica granatum, 255

Quercus robur, 256

regaliz, 145
retama de olor, 296

Rheum palmatum, 257
Rhododendron ferrugineum, 258
Ribes grossularia, 259
— *rubrum,* 260
ricino, 262
Ricinus communis, 262
Robinia pseudoacacia, 261
rododendro, 258
romero, 264
Rosa canina, 263
rosal silvestre, 263
Rosmarinus officinalis, 264
Rubia tinctorium, 265
Rubus fruticosus, 266
— *idaeus,* 267
ruda, 270
ruibarbo palmeado, 257
Rumex acetosa, 268
ruscos, 269
Ruscus aculeatus, 269
Ruta graveolens, 270
— *muraria,* 49

sabina, 165
salicaria, 187
Salix alba, 271
salsifí, 311
salvia, 272
Salvia officinalis, 272
Sambucus ebulus, 273
— *nigra,* 274
— *racemosa,* 275
sandía, 102
Sanguisorba officinalis, 276
sanícula, 277
Sanicula europaea, 277
Santolina chamaecyparissys, 278
Saponaria officinalis, 279
sargazo vejigoso, 136
Satureja hortensis, 280
sauce blanco, 271
saúco, 274
— rojo, 275
Scabiosa succisa, 281
Scolopendrium officinale, 282
Sedum acre, 283
Sempervivum arachnoideum, 284
Senecio vulgaris, 285
selbal silvestre, 294
serpol, 308
siempreviva, 284
Sisymbrium officinale, 286
Smilax aspera, 287
Solanum dulcamara, 288
— *melongea,* 289
— *nigrum,* 290
— *tuberosum,* 291
Soldanella alpina, 292
Solidago virga-aurea, 293
Sorbus aucuparia, 294
Sorghum vulgare, 295
Spartium junceum, 296
Stachys officinalis, 297
Stellaria media, 298

tamarindo, 299
Tamarindus indica, 299
tamarisco, 300
Tamarix gallica, 300
Tarnus communis, 301
tanaceto, 302
Tanacetum vulgare, 302
Taraxacum officinale, 303
tártago, 128
Taxus baccata, 304
tejo, 304
Teucrium chamaedrys, 305
Theobroma cacao, 306
Thuja occidentalis, 307
Thymus serpyllum, 308
— *vulgaris,* 309
Tilia platyphyllos, 310
tilo, 310
tomatera, 185
tomillo, 309
tormentilla, 248
toronjil, 193
Tragopogon pratensis, 311
trébol, 312
— de agua, 194
Trifolium arvense, 312
Trigonella foenum-graecum, 313
trinitaria, 331
Trollius europaeus, 314
Tropaeolum majus, 315
tuia, 307
Tussilago farfara, 316

Ulmus campestris, 317
Umbilicus pendulinus, 318
Urtica urens, 319
Utricularia vulgaris, 320
uva espina, 259

Vaccinum myrtillus, 321
— *vitis-idaea,* 322
vainilla, 324
Vainilla planifolia, 324
valeriana, 323
Valeriana officinalis, 323
vara de oro, 293
velosilla, 152
vellorita, 53
Veratrum album, 325
Verbascum thapsus, 326
verbena, 327
Verbena officinalis, 327
verdegambre, 325
verdolaga, 245
vibrorera, 120
Vicia faba, 328
vid, 333
Vinca minor, 329
vincapervinca, 329
Viola odoratá, 330
— *tricolor,* 331
violeta, 330
Viscum album, 332
Vitis vinifera, 333
vulneraria, 31

yezgo, 273

zanahoria, 112
zaragotana, 239
zarza, 266
zarzapilla, 287
Zea mays, 334
zurrón, 83

BIBLIOGRAFÍA

Para orientación del lector, se incluyen las referencias de algunas obras de interés disponibles en lengua castellana.

AUDY, J. y J. FONDIN, *Las plantas: fuente de salud y belleza,* Bruguera, Barcelona, 1974.
FONT QUER, P., *Medicamenta,* Labor, Barcelona, 1969.
—, *Plantas medicinales. El Dioscórides renovado,* Labor, Barcelona, 1962.
GUERIN, H.P. *El balcón medicinal,* Daimon, Barcelona, 1981.
SCHAUENBERG, P. y F. PARIS, *Guía de plantas medicinales,* Omega, Barcelona, 1972.
YARZA, O., *Plantas que curan y plantas que matan,* Producciones Editoriales, Barcelona, 1980.